בתוך:

אופנה [illegible]

נסיון א[illegible]

טאטואי [illegible]

[illegible] כהנות בר'אוה

ענין של תדמי[illegible]

אליזבט והכלבים [illegible]

נשף ב[illegible]

מעריב

שוף טוף גון גאורין — המלה האחרונה בעולם

טלוידאו — השיטה הכפולה עם השליטה הכפולה

עכשיו עיון הטלויזיה לתוך הוידאו לתוך מכשיר זה כבר מיוחד משוכללת אחת: טלויזיה טומסון + וידאו הגומפלקס ע"י שלט אחד!

תומסון הטלויזיה האחת והיחידה

התאגיד הגדול ביותר באירופה במכשירי אלקטרוניקה

תומסון — הטלויזיה עם:

הטכנולוגיה המתקדמת בעולם

2 שיטות צבע [illegible] על המסך השטוח המבטיחים אמינות גבוהה יותר

כניסה ישירה לוויינים

ערוץ מוניטור למחשב

מתח חשמלי נמוך ב-50% מכל מסך רגיל

רכות תמונה שמונעת התעייפות ואימוץ העיניים

VHF, UHF ערוצים מיוחדים לטלויזיה בכבלים

עיצוב ויצור רב שנים ביותר

מבנה מסך מרובע הנותן יכולת תמונה מקסימלית ומונע השתקפות אור הסביבה.

שקע משוכלל המאפשר התחברות למוזיקה אישי

משווקים אלקטרוניים ווידאו טייפ (שלא דרך האנטנה)

...הטלטקס כבר בפנים על חשבוננו.

להשיג ב-"16, "14, "20, "25, "21, "20.

והחצי השני — וידאו V410 שיא השכלול

החצי השני של מערכת הטלוידאו הוא מכשיר הוידאו V410 - פרי פיתוח מיוחד של JVC עבור טומסון עם:

3 אפשרויות הקלטה

איכות תמונה משופרת

מונע קורוזין

אפשרות לתיכנות 8 תוכניות לטווח 30 יום

[illegible] קורוזין אלקטרוני + טורק דיגיטלי

אפשרות לקביעות והזנות הטיימר דרך השלט

נעילת כפתור מיוחד לוידאו V410

(באמצעות השלט אותו סוקר את מערכת הטלוידאו ללא אפשרות הפעלה)

ותצוגי — כהנה ינגד ילדים ונביט.

ועוד מבצעים מחשמלים!

TRADE-IN מביאים טלויזיה או וידאו ישנים ויוצאים עם חדשים!

12 תשלומים נוחים והטלוידאו היוקרתי אצלך בביתך!

טלטקס בשווי 400 ש"ח בכל טלויזיה על חשבוננו ללא כל תוספת במחיר!

סוף שבוע במרגוע לכל קונה טלויזיה או וידאו

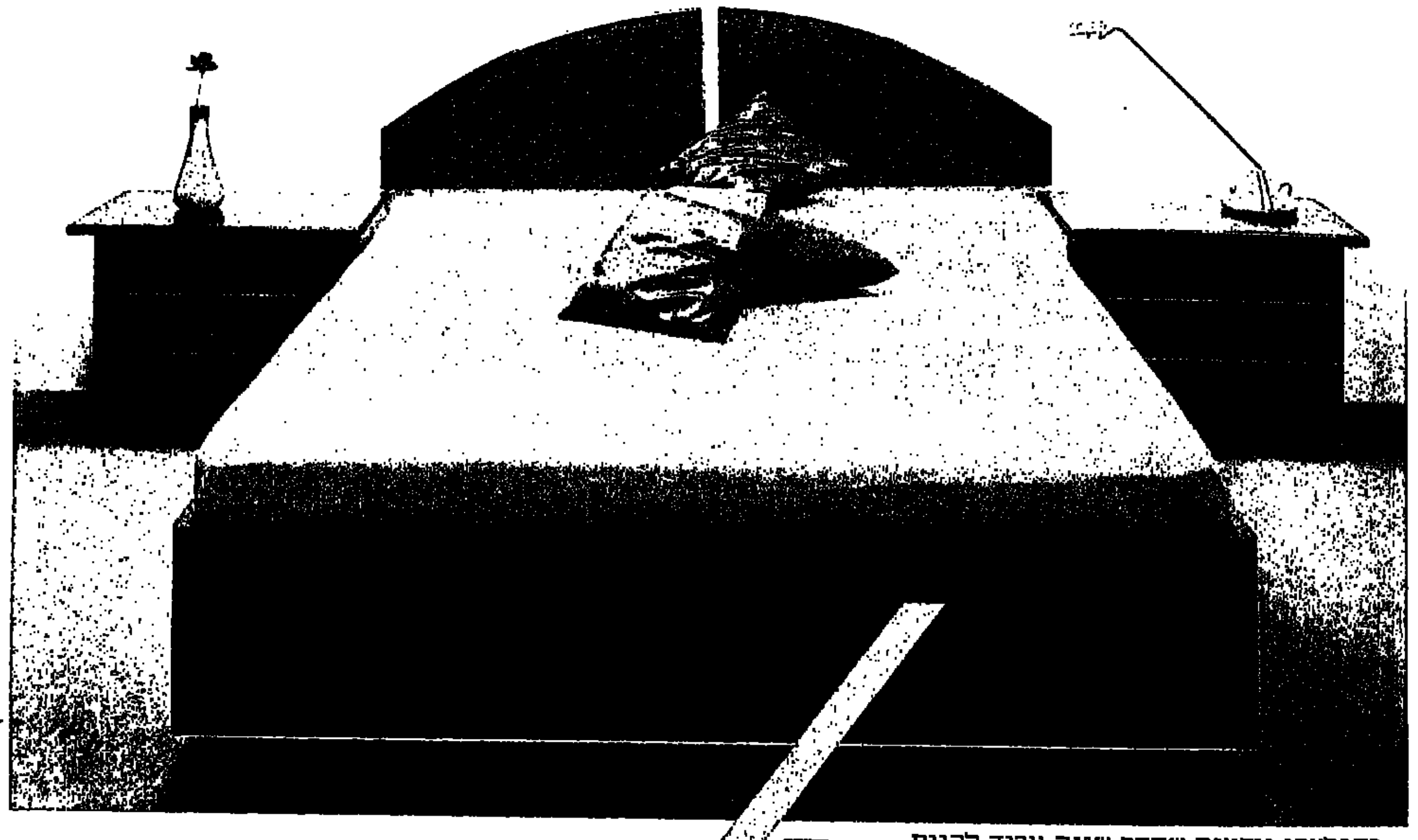
תפוס עוד היום טלוידאו אצל גרינוולד ותראה איך שהכל נראה אחרת

גרינוולד מביא את השמות הגדולים לבית שלך

ת"א, הרצל 68, (פינת וולפסון) טל. 03-822613, 03-829313

★ נוני המחירות מוגבל ★ כפוף לתקנון המבצע ★ לא כולל ועוד עובדים או מבצעים מיוחדים ★ המבצע אסור על עובדי החברה

קריסטל



בחבלצקי יודעים שחדר שינה צריך להיות מודרני ואסתטי ולהשרות אוירה נכונה. תכנון, עיצוב וגימור מושלמים אינם סתם מילים ב"חבלצקי". אלה הם העקרונות לפיהם מיוצרים כאן בהקפדה, כבר 40 שנה, חדרי שינה במגוון סגנונות וצבעים ממיטב חומרי הגלם.

באולם התצוגה הצמוד למפעל, תוכלו לראות בעצמכם מדוע יותר ויותר זוגות מעדיפים להתעורר בחדר שינה של "חבלצקי".

בתמונה: דגם "לונה" עם ארגז מצעים מתרומם בגימור שלייף – לק או פורניר אלון.

מכירה מיוחדת לעולים חדשים – ללא מ.ע.מ.

חבלצקי

רחוב 280 יפו
מול מוסך רנו. (שד' ירושלים
פינת רחוב המרד).
טל. 03־658312
בימים א'—ה' בשעות 17.30 — 07.30
בימי ו' בשעות 13.00 — 07.00

אוירה שונה בחדר השינה

משחת השיניים היחידה המכילה אמין פלואוריד אורגני, הפלואור הפעיל פי 3 במניעת עששת.

אמין פלואוריד אורגני: הפלואור היחיד בעל פעולה אנטי-בקטריאלית, נגד החיידקים הגורמים לעששת.

מאושרת ע"י ההסתדרות לרפואת שיניים בישראל כפעילה במניעת עששת (רקבון שיניים).

אלמקס איננה מכילה דטרגנטים. ולפיכך אינה גורמת לשחיקת אמאייל השן.

מיוצרת ע"י טבע תוך ביקורת איכות קפדנית המקובלת בתעשיית התרופות.

Elmex – השם המוביל בקרב רופאי השיניים באירופה ובישראל בתחום משחות השיניים הבריאותיות.

*מחיר מקסימלי מומלץ לצרכן כולל מע"מ 3.48 ש"ח בלבד.

אלמקס® יעילה פי 3 במניעת עששת
עם אמין פלואוריד

אלמקס מאושרת ע"י הסתדרות רופאי השיניים בישראל מיוצרת ע"י טבע תעשיות פרמצבטיות בע"מ. ברשיון מחברת GABA שווייץ.

סגנון

9
יוסף לפיד:
הטור של טומי

24,22־20
ליאורה עיני:
סאטמאר: חיים בבועה

25
נשף בריביירה

34
אליזבט והכלבים

38־36
מעיינה שנהר:
כוהנות הדיאטה – החיים ללא עוגה

47
אילנה באום:
התדמית של נעמי בנצור

50
מיכל נפתלי ויאיר דקל:
כך כותב יצחק שמיר

עורכות:
חמר אבירר וליאורה עיני

עיצוב ועריכה גרפית:
כרמית ארדלר, רותי בנאי

מודעות: גילה שווידר, סימה בללי
טלפון 439474 (03)

מזכירת הפקה: כתיה אבישי
טלפון 439276 (03)

כל הזכויות שמורות למעריב ©

סיפור השער:

מראה איכותי על שפת הכנרת – שילוב של פשתן ועור.
עיצוב: ורה גרזנר, "אינקוגניטו".
רשימתה של יהודית חנוך, עמ' 14–15.
צילום: שמואל רחמני.

משך השירות בצה"ל

לא אהרהר בפרהסיה לא על איכות השירות, ולא על היחס לאדם ולא על "זמה" השלישי הנלמד שם. אולם הערה מפני המחר דוחפת אותי לגעת בשאלה אחת, והיא משך השירות בצבא. אילו היו "מעבירים" כל חייל בכל היחידות, כדי להכירן, כי אז ניתן היה להקנות גמישות לצבא באיוש התפקידים בחילות השונים, לפי צרכי הצבא, בהתאם לכישורי החייל או אף לפי רצונו. לו היה כך, אולי גם אז אפשר היה להסתפק בשירות של שנתיים. כל שכן שאין הדבר כך, ובזבוז זמן וכישורים, לצד "אינטגרציה שלילית" ביחידות מסויימות, מביאים למידה גדולה של התייחסות ה"ראש הקטן", הגוררת בעקבותיה אורחות של "ראש קטן" לאחר השיחרור.

האם בדק מישהו מחדש את יעילות השירות התלת־שנתי? הבדק מישהו את השפעת משך השירות על סירבול הצבא לצד נזקים לכלכלה ונזקים חמורים יותר מבחינה חברתית על כל היבטיה? ומה על שחיקת האדם כאדם בצבא "העם"? הישנה מערכת חשיבה "איש־שם" כאן?

ר.ד. (השם שמור במערכת)
אם לשלושה המשרתים בצבא

מחאת נציגת המטפלות

ברצוני להתייחס ל"מטפלות" של טל בשן ב"רגע חושבים" ("סגנון" 160) שהעלה את חמתי. זוהי כתיבה מתנשאת של אשה עתונאית כלפי נשים במקצועות "פשוטים" יותר. והפליאה של אותה גברת על המטפלת, שמבינה את פרוש המלה "אקטואלי", מזכירה מקומות בזויים אחרים.

רחובות י.ב. (השם שמור במערכת)

יהדות אינה תרופת פלא

לש. איילה יש מתכון פלא לבעית הבעלים המכים את נשותיהם. במדור "מי מפחד ממסורת" ("סגנון" 161) היא ממליצה על "נישואים עם גבר שומר מצוות. הוא חייב לכבדה".

נשאלת השאלה, האם מאות מאמרי חז"ל והציטוטים מהמקורות, שהורו לכבד את הנשים, מנעו את התופעה של נשים מוכות על ידי בעליהן? ודאי שלא, שהרי אנשים דתיים עשויים להיות גם נבלים. כדאי להרגיש, שהתורה ניתנה לעם ישראל בכדי שיעבוד את אלוהיו, מבלי שיובטח למישהו אושר רק בשל קיומן של המצוות. מכיוון שההצעה של ש. איילה לחיי נישואין "מוצלחים" כרוכה תחילה בקבלת עול מלכות־שמיים והשמירה על אורח־חיים דתי, סביר להניח שהעם היושב היום בציון, החילוני בחלקו הגדול, ירחה אותה על הסף.

ברוך פייגנבאום

דעה אחרת

תנו לה למות בכבוד*

חודש ימים ויותר אני מסתובבת בין כתלי בית־החולים. לבדי עם מחשבות והרהורים נוגים, עצובים ומרים בדבר אותו נושא כתבתה של סמדר בת־אדם ("סגנון" 102) "המתת חסד". אני מיוסרת רבות, כולם אומרים לי – "אין מה לעשות..." – זה מגוחך - הם עושים והם עשו וזה זועק לשמיים... אבל לראות את אמי נרקבת, פשוטו כמשמעו, זה סיוט מתמשך.

משנת 73' בהיותה בת 61 ועד היום, עברו על אמי מחלות קשות. החולי היה דבר קשה ביותר עבור אמי – שהיתה אשה גאה. היא עלתה ארצה בשנת 39', בנתה קיבוץ, נלחמה במלחמת השחרור, עבדה כמורה לעברית. בשנת 82', בהיותם בני 70 – נפטר אבא. אמא לא יכלה להשאר לבדה בביתה. לאחר מאבקים, בכי, הסברים ושיונות – עברה לבית־אבות פרטי בעיר בה גרנו. לאחר אישפוזים חוזרים ונישנים בבית החולים, העברנו אותה לבית אבות סיעודי, ומשם לבית אבות מעולה בעכו.

מיום ליום הדרדר מצבה. פצעי לחץ. היא רזתה עד למשקל של 33 ק"ג, חלשה, מטושטשת, מבולבלת. כל גופה כואב. דאגתי לה הלכה וגברה – איך כל זה יגמר? הרבה כבר לא יכלו לעזור לה. אנשים פסקו מלבקרה. נותרנו בודדות בסבלנו – היא ואני. עתה היא בבית החולים. גילו גידול ממאיר בקיבתה. מחוברת לצנורות. היא גוססת. תנו לה למות בכבוד. היא כולה פצע אחד גדול. וריח ההפרשות... זו לא אמי. זה לא בן־אדם. זו – נקמת הרפואה!

מאכילים אותה ע"י עירוי. מנקבים בגופה 4 פעמים ביום עם זריקות מורפיום. האחיות בעצמן בוכות בטפלן בה. כשהיא פוקחת עיניה למספר שניות וצופה בהן – היא בוכה. לא כך היתה רוצה לסיים. זו לא "המתת חסד" – זו זכותה וזכות כל אחד – למות בשלום!

אתם הרופאים התערבתם כבר בחייה – שתלתם בגופה קוצב לב - סיימו את התערבותכם בכבוד – ופשוט, אל תעשו!

אני מבקשת ממערכת הבריאות בארץ, מהמערכת התחיקתית והמשפטית בארץ, מחברי הכנסת ומכל אותם גורמים שאחראים לכך – אל תתנו לי להיפרד מאמי בחרון אף ובעצב עמוק מהול וחמים. אפשרו לי בתור בתה, בתור זאת שטפלה ודאגה לה ב־14 השנים האחרונות, להיפרד ממנה בשפה יפה, בשלווה ובהרגשה שעשיתי כל שיכולתי על מנת להקל עליה את ימיה ושעותיה האחרונים.

דינה גבאי

• יום לאחר שהתקבל מכתבה של דינה גבאי במערכת "סגנון" – נפטרה אמה.

רהיטי ילדים ונוער - זה ה"עונג" שלנו

oneg
עונג

עונג חוזרת לילדות

תצוגה ומכירה: רח' ההשתמונאים 3, בני־ברק (ע"י ס.ס.ס) טל' 03-784104
להשיג גם בחנויות הרהיטים המובחרות

ארט בוכוואלד
דרושה עזרה

רוב נושאי־הנאומים שיקרו בדבריהם למסיימי התיכון של מחזור 1987. הנואמים אמרו לתלמידים שאמריקה רוצה שיהיו רופאים, עורכי־דין, אחיות, רופאי־שיניים, ...נים ומרצים באוניברסיטה.

...יש לא רוצה כזה דבר. מה שאנחנו באמת רוצים זה ...הנוער האלה יהיו רוחצי־כלים, מלצרים, ...ניות, תדרניות וגננים.

אבל טאל, שנשא את הנאום בטקס הסיום של בית הספר התיכון "לונה לייק", היה אחד מאלפי הנואמים ...כשניאה הזאת. שוחחנו על כך בעת שישבנו בבית קפה בקיפ קוד, ממתינים לקפה שבושש לבוא.

"הייתי צריך לומר למחזור 1987 שהדור שלהם חייב ...לנו לספק את השירותים הבסיסיים להם כולנו ...קוקים, ואני לא מתכוון להנדסה גנטית".

"זה לא שווה לטפס בסולם ההצלחה, אם אתה לא ...ל לקבל כוס קפה", אמרתי אני.

אבל הסתכל עלי. "המסר שלי לכיתה המסיימת היה ...ריך להיות, שאיש לא יוכל ליהנות מהחלום האמריקני ...הצעירים לא יסלקו את הכלים המלוכלכים".

"אני זוכר, כשאני סיימתי תיכון, כמה השתוקקתי ...להיות נער שליח בבית מלון. בכלל לא היה איכפת לי ...להתקדם בסולם".

אבל היה נסער. "אני יודע מה הייתי צריך לומר ...נוער. המדינה הזאת תהיה גדולה, רק אם יהיו מספיק ...טודנטים שיפעילו את המשאבות בתחנות הדלק".

"היית צריך להרגיש, שהואיל ואין כבר מהגרים ...מהו'תיקים, כל אחד בעל דיפלומה בהנדסה צריך ...לקטוף ענבים".

אבל אמר: "לחינוך גבוה אין שום משמעות אם אין מי ...שינקה את החדרים בבתי־המלון. אני לא רוצה ...אסטרונאוטים שיגידו לי שהעולם התחיל במפץ. אני ...רוצה מישהו שיגיד לי למה המזגן לא פועל. אנחנו לא ...צריכים יועצים להשקעות ואשפי שיווק – לא כל עוד ...המדינה משוועת למצילים ולאנשים שמסוגלים לאפות ...בייגלר כמו שצריך".

"למה יש מחסור כזה בידיים עובדות?" שאלתי את אבל.

"איש לא מסכים לעבוד", השיב לי. "הצרה היא, שהצעירים לא חושבים ש־6 דולרים לשעה הוא שכר ...הוגן בשביל למזוג גזוז, במיוחד אם הם יכולים לקבל ...כסף מהוריהם, אם רק יבטיחו לא לנהוג במהירות ...גבוהה מ־110 קמ"ש".

אבל אמר עוד: "הגישה השתנתה בשנים האחרונות. ...פעם, הכיף הגדול ביותר בעולם בשביל אדם צעיר היה ...להגיש לחברים שלו במסעדה. עכשיו, הכיף הגדול ...ביותר של בוגר־תיכון הוא שאחרים ישרתו אותו. מה ...שקרה זה, שגם אלה שיש להם וגם אלה שאין להם ...רוצים שמישהו יעשה בשבילם את העבודה השחורה. ...אלה שיש להם רוצים את הכל, אלה שאין להם רוצים ...שיהיה להם. איש אינו מוכן לעבוד תמורת טיפים".

"אם כולם יישבו על התחת שלהם, מי יערבב ...בשבילנו את המילקשייק?" רציתי לדעת.

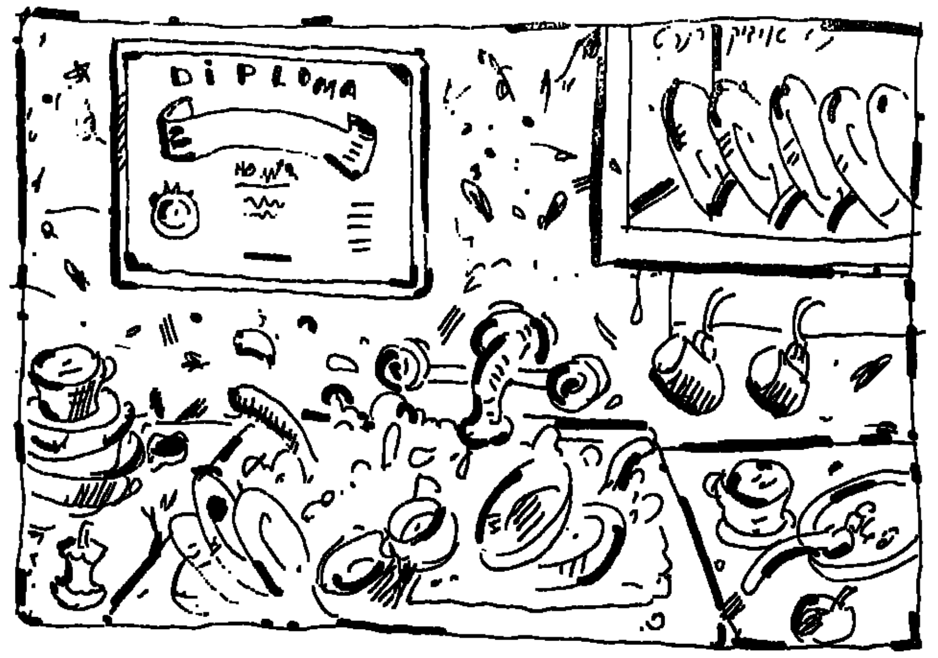
"עשיתי המון שגיאות בטקס־הסיום הזה. לא הייתי ...צריך לומר לתלמידים, שהתפקיד שלהם הוא למנוע ...שואה גרעינית. הייתי צריך להגיד להם, שהתרומה ...הגדולה ביותר שלהם למען השלום היא לנקות דגים, ...כדי שהאנשים בסאות'המפטון לא יסתובבו רעבים".

"גם אילו היית אומר זאת, הם לא היו מקשיבים לך", ...ציינתי.

אבל אמר: "לאיש אין זכות לדרוש נתח מהעוגה האמריקנית, אם הם לא עבדו בקונדיטוריה. המדינה הזאת לא תוכל להתקיים, עם כל בוגרי התיכון יסרבו לעבוד בחופשת הקיץ בעבודות הכרוכות בשירות אנשים".

"אילו היית אומר את זה בנאום שלך, היית זוכה לתשואות רועמות – מצד ההורים", אמרתי.

"לא רק זה", אמר אבל. "אולי גם היינו זוכים לקבל כוס קפה". ■



אבי דר
פרחים לחללי תש"ח

על קברות חללי תש"ח אין פרחים. לוחמים שנפלו במלחמת העצמאות הפכו כבר לחלק מההיסטוריה הקצרה שלנו.

"עלה בשנת תש"ח ונפל בשנת תש"ט"; בני עשרים, שלושים ויותר. יש שהצליחו להיות בארץ בקושי חצי שנה לפני מותם, ואחרים שהלכו לשדה הקרב ימים ספורים לאחר שירדו מהאניה. כיום כבר אין מי שיניח פרחים על קברם.

בחלקה הצבאית בקרית שאול, בכיכרה המקאברי משנת 73', "עיר הנוער", רואים קברים עטורי פרחים, עציצים ושתילים מטופחים ומטופלים. ביחוד בחלקות חללי מלחמת של"ג, פחות בחלקות יום כיפור, מעט בששת הימים וספורים בחללי מלחמת סיני. חלקות וגושים, אשר תאריכי השכול מספרים לנו כל ערב יום העצמאות את תולדות מלחמות ישראל.

הורים, אחים, אלמנות ובנים – ככל שהתאריך קרוב יותר, כן חד הכאב והצמחים ירוקים יותר. לוחמי תש"ח, ארבעים שנה אחרי, השאירו הורים שצריכים להיות היום כבני שמונים, אחיהם וחבריהם לנשק כבר אינם צוציקים, מתלבטים כיום בבעיות גיל הפרישה, והבנים שמסתפקים בימי הזכרון הממלכתיים.

ההורים, אם הצער והשכול לא קיצרו את חייהם, מרותקים כיום לבתי אבות ואולי מקווים להשיג לעצמם חלקת קבר בסמוך ליקיריהם שנפלו בתש"ח.

שורות הוותיקים בחלקה הצבאית שבנחלת־יצחק, קברות לוחמי תש"ח ואחרים, מטופלים היטב על ידי אנשי משרד הביטחון. מצבות צבאיות מעוטרות בשרך ירוק תמידי עם פרחים אדומים כטיפות דם. לא ראיתי שם זר, עציץ או צנצנת עם פרחים. נחתם עוד פרק בזכר חללי תש"ח. ■

אברהם שרון
נס עם שתיים סוכר

היא שואלת מה תשתה, נס? היא יודעת שתמיד הוא שותה נס. כמה סוכר, היא שואלת, שתיים? היא יודעת שתמיד הוא שותה עם שתיים.

אבל השאלה הזאת אינה ביטוי של איי־ידיעה. היא כמו ה"הלו" הראשון בטלפון. היא נסיון לוודא את הנוכחות מן הצד השני, אם יש היזון. אם יש הד.

גם אם היא משערת שהוא צמא, היא לעולם לא תשאל אותו אם הוא רוצה מים או אם הוא מעדיף מיץ, אם היה יכול להסתפק בסודה או אם הוא מבכר תה.

היא שואלת "מה תשתה, נס?" לא משום שהיא אינה יודעת ולא מפני שאולי הפעם הזאת הוא עשוי להפתיע אותה ולא לרצות לשתות דבר.

היא שואלת משום שהיא יודעת. משום שהיא רגילה. משום שהיא דואגת. משום שהיא ממילא מכינה. משום שהיא רגישה. משום שגם היא שותה (בלי חלב, עם סוכרזית אחת).

מה זאת אהבה?

נס עם שתיים סוכר. ■

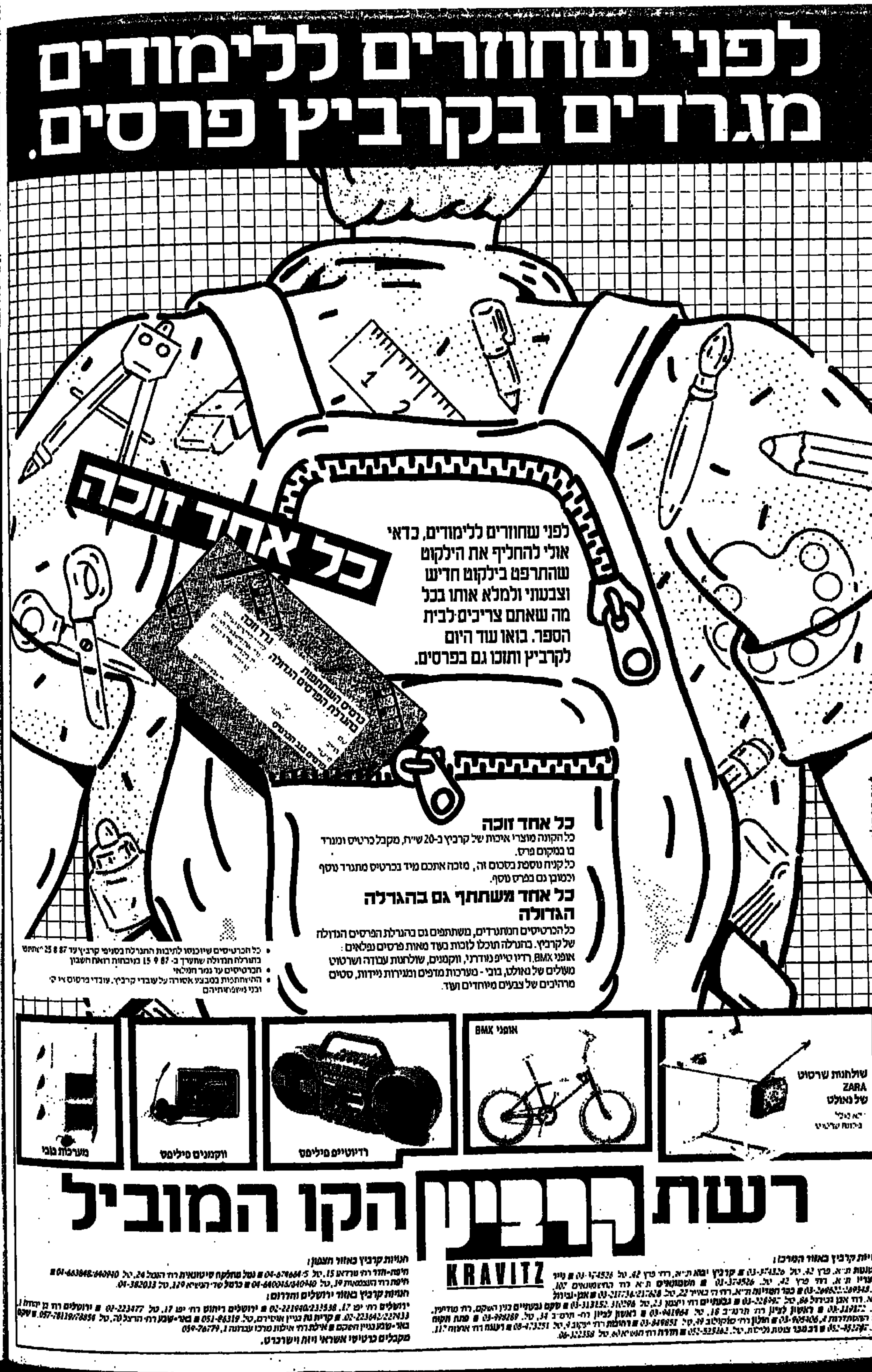
מיכאלה איתן
השכן

השכן שלי לחדר בעבודה הוא יופי של שכן. משתף פעולה, נבון, נעים. יש לי המון מזל שאני עובדת אתו. אני לומדת ממנו ועוזרת לו, הוא לומד ממני ועוזר לי. אין חיכוך, אין מתח. יש עבודה קשה, סיוע הדדי וגם כיף. לפעמים מטלפנים אליו כשהוא לא בחדר. "רוצה להשאיר הודעה?" אני שואלת את המטלפן.

"את מזכירתו?" הוא עונה לי.

קורה שמטלפנים אלי כשאני לא בחדר. "רוצה להשאיר הודעה?" שואל שכני לחדר את המטלפן.

עוד אף פעם לא שאלו אותו אם הוא מזכירי. ■



הטור של טומי

מארקס-פארקס

כאשר 450,000 עובדים בשירות הציבורי מכריזים על שביתה – נגד מי הם שובתים? ביחד עם בני המשפחה שלהם, הם מהווים כשליש האוכלוסיה. פירוש הדבר, ששליש ...נפגעי השביתה הם השובתים עצמם, בני זוגם, ילדיהם, ...ידם. עשירים אינם נפגעים מהשביתה, כי הם כמעט אינם נזקקים לשירותים ציבוריים. אם לא תתן להם ...הם יאכלו גראנולה. גם חיילים אינם נפגעים ...השביתה, כי השירותים הציבוריים שלהם ממשיכים ...ל. ושאר האורחים נמצאים בחוץ-לארץ.

מי נותרו הקורבנות האמיתיים. מאז ומתמיד אלה היו ...יהיו החלשים. נתמכי הסעד, שפתאום נשארים ללא ...אלה, שהמערכת הציבורית לא רק משרתת, אלא ...קיימת אותם. האיגודים המקצועיים עושים שריר ...הממשלה, ונותנים זאפטה לסבתא.

...הצינות התהומית של ראשי ההסתדרות, כפי שהיא ...בפניהם הקודרים, אינה משכנעת את ...הפרולטריון העברי. ביום השביתה הפרוטלריון לא בא ...אספות הסברה, אלא הולך לים. או שעושה פיקניק. ...במקום ללמוד את מארקס, הולכים לפארקס. במקום ...לקרוא מאנגלס, הם מפעילים את המנגלס.

אתה לא יכול, כמובן, לבוא בטענה אל ההסתדרות, ...היא מיישמת ביחסי העבודה בשירותים הציבוריים ...את המיומנות שגילתה בניהול "קופת חולים" ואת ...העסקים הפיננסיים שלה, שהביאו את תנועת ...הכיבוש עד הלום. בסך הכל אנחנו מדינה קטנה בתוך ...מללבונה גדול. ■

דיאטה

אני שוב בדיאטה. זו הדיאטה ה־627 שלי. הפסדתי עד עכשיו בסך הכל 3429 קילו. החזרתי עד עכשיו בסך הכל 3438 קילו. בסיכום, כל הדיאטות גם יחד הוסיפו ...לי 9 קילוגראמים. עוד לא קרה שבסופה של ...דיאטה לא אוסיף יותר משקל ממה שהפסדתי.

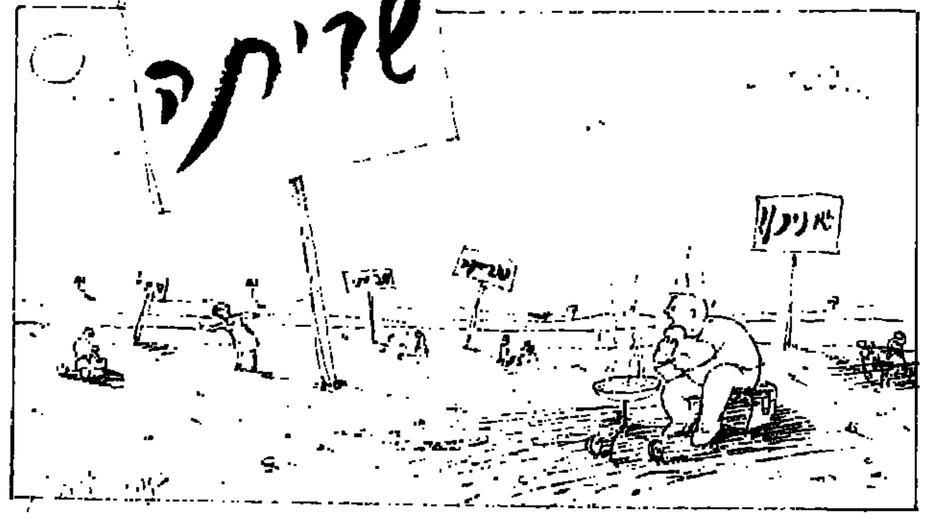
תשאלו – איזו דיאטה אני עושה? לא, אל תשאלו. ...בכל פעם יש דיאטת פלא חדשה. אני שומע לאחרונה ...על דיאטת קיימבבריג'. בשנה הבאה זו תהיה ...אוקספורד. בעבר זו היתה מאיו. וסקארסדייל. ...הסטייקים של רבין. והאכטיחים. והג'לי. ...והאמפיטאמינים. ושומרי משקל. כל דיאטה מורידה ...משקל, השאלה היא רק מה יהיה אחר כך. כמו דיאטת ...הרצח של ידידי הטוב, גרעון לביארי, שכל שנה במשך ...כל חודש אוקטובר מתנזר מכל אוכל מוצק, רק שותה ...מים וקפה שחור. בסוף הדיאטה הוא נראה כמו אינדיאני ...רעב, שוקל 25 קילו פחות, ואז מתחיל במרוץ ...מאראתוני אחרי סטייקים וסאלאטים וכסכיבות הפסח ...להחזיר לעצמו, בעמל רב, את כל מה שהפסיד בקלות ...חודש אחד.

כאשר אני פוגש חברים ומבחין על פניהם בחיוך ...הסיפוק המהול בגאוה, אני יודע שעלי לשאול כמה ...הורידו, אפילו אם לא רואים עליהם דבר. מה שאני לא ...אומר להם הוא את מה שאני חושב בלבי. בלבי אני ...חושב, להתראות חביבי, בשובך למשקל הקודם, בתום ...הדיאטה.

פרופ' עזרא זוהר אמר לי פעם, שנולדתי להיות שמן ...ואמות שמן ולא כל כך חשוב מה אני עושה בין ...ההתחלה והסוף. אם תשאלו אותי מדוע אני בכל זאת ...עושה מדי פעם דיאטה, הרי זה לא בגלל הבריאות. אני ...כבר הוכחתי, שהרבה יותר מסוכן להיות רזה משמן. ...שבעים אחוז מכלל בני האדם בעולם הם רזים ורק שלושים אחוז הם שמנים. בסוף כולם מתים. ללמדך, כי בשבעים אחוז יותר מסוכן להיות רזה מאשר שמן.

אז מדוע, בכל זאת, אני עושה דיאטה? רק בגלל הכביסה. בפתיחתה של כל עונה, בראשית הקיץ ובראשית החורף, כאשר אני מחליף את מערכת הלבוש שלי, אני מגלה שהכל התכווץ בכביסה. חולצות קצרות שרוול, שבשנה שעברה עוד עלו עלי בקלות, פתאום נדבקות לי לבטן. בקושי אני סוגר את הכפתורים. המכנסיים, שהיו בדיוק טובים עלי, התכווצו כל כך, שצריך להזיז את הכפתורים. אין ספק, שזה בגלל החוטים הסינטטיים. או המים מהמוביל הארצי. ואולי יש משהו באבקת הכביסה. איננו יודע בדיוק מה גורם לכך, אבל ההכתווצות הזו היא שמכריחה אותי לעשות דיאטה.

בשלב זה אל תתקרבו אלי. אל תדברו אתי. ובעיקר – אל תאכלו בנוכחותי. אני נושך. ■



פמיניזם

מרשה פרידמן היא, ללא ספק, אשה מעניינת. כעולה חדשה נבחרה לכנסת, ברשימתה של שולמית אלוני. אחרי שלא נבחרה לכנסת הבאה, היא חזרה לאמריקה. עכשיו באה אלינו לביקור ומבטיחה שבקרוב תעלה שוב.

אני מקוה, שלא כל עולה חדש שלא נבחר לכנסת, יירד מהארץ. אבל מרשה פרידמן היא הרי לא ככל האדם. אפילו בחברתנו המתירנית היא יודעת להדהים, כאשר היא מצהירה בגלוי על היותה לסבית. אני מכבד אותה על אומץ לבה, אבל בראיון, שפורסם בשבועון של "מעריב" בסופשבוע שעבר, היא טוענת לכתר שלא מגיע לה. לדבריה, היא יסדה את הפמיניזם בישראל ב־1970, כאשר נכבשה על ידי הספרות הפמיניסטית האמריקנית והחליטה כי הגיע הזמן לישם את הרעיונות הללו גם בארץ.

לא דובים ולא רובות. בתנ"ך יש כבר דמויות פמיניסטיות, כמו דבורה הנביאה. מהעליה הראשונה ואילך היו בארץ ישראל פמיניסטיות, גם אם לא תמיד הן היו מודעות לפמיניזם שלהן. ומה כדבר גולדה מאיר? גולדה לא היתה אמנם פמיניסטית לוחמת, אבל היא לבד עשתה למען הפמיניזם יותר מבטי פרידן, גלוריה סטיינם ומרשה פרידמן גם יחד. גם שולמית אלוני לחמה למען זכויות האשה, לפני שמרשה פרידמן גילתה את הפמיניזם. או את ישראל.

מרשה פרידמן צריכה לדעת, שלא זו בלבד שהיא לא היתה הראשונית, אלא בכלל אין אצלנו ראשוניות. הרצל, כידוע, לא היה הציוני הראשון. ולעליה הראשונה קדמו עליות דתיות. ובניגוד לאגדה, היו יהודים שדיברו עברית בארץ, לפני הופעתו של אליעזר בן־יהודה. ורינה ניקובה רקדה ריקוד תימני לפני שרה לוי־תנאי. אני חושב, שכאשר אלוהים ברא את אדם וחוה, הם מצאו בגן העדן גבר ואשה רבים, מפני שלאשה נמאס לשבת בבית. אז שמרשה פרידמן לא תספר, שהיא המציאה בארץ את הפמיניזם. ■

כדורגל

מותו הטראגי והמיותר כל כך של אבי רן זיעזע לא רק את חובבי הכדורגל. הוא היה, לפי כל העדויות, צעיר מצוין, גם ללא קשר לכשרונותיו. ובנוסף לכך הוא היה שוער כדורגל מעולה – הטוב יותר בישראל כיום.

אני אומר "בישראל כיום", כי כתבי הספורט הכותבים תמיד בגדול, נתפסו גם לאי אלו הפרזות בדיווחים על מותו של אבי רן. בין השאר תיארו אותו כתור השוער המוכשר שהיה לישראל אי פעם. מבלי לפגוע, חלילה, בזכרו ומבלי לגרוע מההערכה אליו, אני חושב שתאור זה היה קצת מוקדם. יתכן כי עם הזמן הוא היה מצדיק אותו. אבל על פי ההישגים, מה שנקרא "עם קבלות", השוער הטוב ביותר בתולדות הכדורגל הישראלי היה יעקוב חודורוב. אני אומר זאת, כי מלבד חובתנו למתים, אנחנו חייבים משהו גם לחיים. והדור שלי חייב בעיקר ליענקל'ה חודורוב את מעט ההנאה שהיתה לנו בנעורינו ממשחקיה של נבחרת ישראל בכדורגל.

בששית בגימנסיה, בעיר נובי־סאד ביוגוסלאויה, הייתי לא רק שוער בקבוצת הכדורגל של הכיתה, אלא גם הקפטן שלה. באמצע שנת הלימודים הצטרף אלינו תלמיד שהגיע מן הכפר, בשם וויה בושקוב. עוד באותו חשבוע ניסינו אותו במשחק אמון. לאחר האמון הודעתי לו, כי רמת המשחק שלו אינה עונה על הדרישות שלנו, מוטב אולי שישחק כדורסל.

חלפו כמה שנים, עליתי ארצה ויום אחד הגיעה אלינו נבחרת הכדורגל היוגוסלאוית למשחק נגד נבחרת ישראל. הלכתי לפגוש את האורחים בבית המלון בו אוכסנו. ומי יוצא לקראתי, אם לא כוכב הנבחרת היוגוסלאוית והקפטן שלה – וויה בושקוב? הוא חיבק אותי ונישק אותי ולזכותו ייאמר, כי לא הזכיר לי את חטאי נעורי.

סיפור זה מעורר אמנם קצת ספקות לגבי כושר השיפוט שלי בעניני כדורגל. ובכל זאת אני משוכנע, שיענקל'ה חודורוב היה הגדול בכולם. ■

שודר בקול ישראל במסגרת תכנית "הטור שלי"

לבן

הוא הצבע של הטעם.

ולכן — מלך הים

מלך הים — הטונה הלבנה היחידה.
ומה זה אומר? שהיא מן הדג הטוב ביותר,
דג שצבעו הטבעי לבן וטעמו הטבעי מצויין.
ולכן, מלך הים, טונה אחת מעל כולם.

וצריך להזהר...
כי טונה "בהירה" — היא לא "טונה לבנה".
אבל מלך הים — זה סיפור אחר,
טונה לבנה שטעימה הרבה יותר...

במים
או בשמן

מלך הים. הכי טונה שאפשר!

משווק ע"י אביב תעשיות מזון (2000) בע"מ, טל. 03-36323...

הבאר של הברון רוטשילד

איך מגיע מהנדס חשמל, עולה חדש מרוסיה להיות בעל מסעדה יקרה, היושבת על פי הבאר הראשונה שחפר הברון רוטשילד, כדי לספק מים לתושבי זכרון יעקב? **פליקס טרכטמן**, 35, הגיע ארצה מצ'רנוביץ' לפני 8 שנים ונכנס לאולפן בירושלים. בדרך מחיפה עם כל המטען, עצר נהג המשאית, שהוביל אותו, במסעדת דרכים עממית בכניסה לזכרון, ופליקס ראה את הבאר של הברון והמבנה המוזנח, וחשב שעם קצת תושיה ושיפוצים תוכל הבאר של הברון להעלות קצת זהב גם עבורו. השבוע, בפתיחות מסעדת "הבאר", הגיעו כ־300 איש לראות מלצרים בכפפות לבנות מוזגים יין מיקבי הברון, ולהציץ לתוך הבאר העמוקה, שנצבעה לבן גם היא. תומים לנהגי משאיות לא תמצאו שם עוד. פליקס לא אוהב "אופי מזרחי". הפקידים הצרפתים של הברון, מימי המושבה והשולטן הטורכי, היו בוודאי אוהבים את זה. ■

אריה יאס

קטנים

"הספר המסוכן ביותר שהופיע בוושינגטון. השפעתו על מרכזי המחקר ומקבלי ההחלטות במערב כבר התחילה נותנת את אותותיה. עורך הספר, **בנימין נתניהו**, הוא המסוכן בנציגי ארץ האויב בחוץ לארץ". זה מה שכתב העתון הכוויתי "אל רעי אל ראם" על קובץ מאמרים בעריכת בנימין נתניהו, "הטרור, כיצד יוכל המערב לנצח" (ספרית "מעריב"). נתניהו מכהן מאז 1984 כשגריר ישראל באו"ם. סנטור **אדוארד קנדי**, לעומת זאת, כתב: "אסור לנו להמנע מקריאת ספר זה", וה"וושינגטון פוסט" קבע: "מעולה". ★★★

לטכס הבר מצוה של מתנדבי 13 השנים, שנערך ב"בית ראשונים" בגבעתיים, הגיע **יהורם גאון** בהרכב משפחתי כמעט מלא: עם אמו שבאה במיוחד מירושלים, עם אחיו הבכור **יגאל**, שקיבל את אות 13 שנות ההתנדבות במשמר האזרחי ועם אחותו **כלילה**, גם היא מתנדבת. בתום סידרת השירים, שהשמיע האח הזמר, קבע באזני יהורם מי שקיבל אותו לפני שנים ללהקת הנח"ל, והיום הוא ראש המשמר האזרחי, **ד"ר ברוך לוי**, שאכן חלה אצלו התקדמות ניכרת מימיו בלהקה. ★★★

השחקנית חוה בן עמי והשר גד יעקובי (משמאל) חוגגים עם הסופר יגאל גלאי את הוצאת ספרו החדש "בור נוף" (הוצאת סורן). בביתם של אורלי אוולאי ועו"ד יעקב כץ.

הזמרת **זמירה חן**, השוהה עתה בישראל לרגל צאת תקליטה "לא הפכתי את ליבי", ביקרה לפני זמן מה בבית הלבן, עם משלחת שניסתה ליצור לובי אוהד ליהדות לוב. היא העניקה לחברי הקונגרס תקליט שלה הכולל ניגונים של יהודי לוב. היא הוזמנה לפגישה נוספת בבית הלבן עם חברי קונגרס המטפלים ביהדות רוסיה – והפעם בגלל שירה "כחול ולבן". ★★★

ב"אומנית" חגגו את סוף השנה בגינה של הבית היפואי הישן, שבו ממוקמת האולפנא לעיצוב תכשיטים. היו שם מזכ"ל נעמת **מאשה לובלסקי, יעל ורות דיין, ג'רי מליץ, אילנה גור וריקי בן־ארי**, שבאה לחגוג את סיום השנה של בעלה, ג'קי, שלמד שם בשנה האחרונה עיצוב תכשיטים. **מינה טברסקי**, מנהלת האולפנא, דאגה לכיבוד: פירות יבשים, אגוזים ושקדים.

בת־עמי ורסנו, שהרצתה על עיצוב תכשיטים, הגדירה את התכשיט האידיאלי כ"מקורי וקל לייצור". אבל אז, הוסיפה, כולם ממהרים להעתיק אותו. ★★★

אלה יפת מארחת בביתה חוג תנ"ך ולא חוג לחוזרים בתשובה, כפי שפורסם במדור זה בשבוע החולף. המרצה הקבוע בחוג זה, המתקיים מזה שנים אחת לשבוע, הוא יצחק יצחקי, לא הח"כ אלא אל"מ (מיל), מי שהיה קצין החינוך של פיקוד מרכז. ★★★

צוהר לברזיל

"שמונה־עשר הסיפורים הברזילאים בספר 'נוף אבוד' פותחים שער לעולם שחדש לנו", אמרה **נירה הראל**, מנהלת המערכת של עם־עובד, בקבלת הפנים לכבוד הוצאת הספר. "עוד אחד מההישגים היותר משמעותיים של מרכז התרבות והידידות ישראל־ברזיל", אמר מיופה הכח **מאוריציו רוברטו אוסוואלד ויירה**, כשברך את אורחיו באירוע בגינת בית השגריר בהרצליה פיתוח, ביניהם אנשי תרבות, אנשי רוח ועיתונאים. **מרכוס וסרמן**, יו"ר המרכז לקשרי תרבות וידידות ישראל־ברזיל, שיבח במיוחד את **שוה קהנסקי**, שלמדה פורטוגזית במרכז זה בתל־אביב ותרגמה את הספר יחד עם **מרסל דסקל**. וסרמן הקדיש את שלושת הספרים הראשונים של המהדורה לזוסקו מאריז, שגריר ברזיל לשעבר בישראל, ליצחק חרכבי, שגריר ישראל לשעבר בברזיל – השניים שיזמו את הוצאת הספר בעברית – ולרוברטו ויירה, מיופה הכח. ■

אינגה דויטשקרון

עמירם מגיד, איש משרד החוץ (מימין), נירה הראל ומיופה הכוח ויירה, לכבוד "נוף אבוד". צילום: רובי קסטרו.

קיץ חם, גם באופנה

תל־אביב זה לא פאריס שנסגרת ביולי־אוגוסט. אמנם מפעלים אחדים נסגרו ורבים מהאנשים שעושים בגדים ירדו לנוח באילת, אבל הפעילות נמשכת בקצב מזורז, בעיקר בערבים.

האירוע האופנתי של השבוע היו שלשת ערבי הסיום של "שנקר", הראשון לסטודנטים, משפחותיהם וחברים, השני ליצרנים והשלישי לקהל הרחב. בערב השני ישבו בשורות הראשונות ד"ר אלק פן־לרנר יו"ר חבר הנאמנים והנשיא בפועל עד למינויו של נשיא חדש ורעייתו **דליה, לילי שרון, רוז'י בן־יוסף, עודד פרוביזור, ג'רי מליץ, גדעון ודינה אוברזון, ניסים ודני מזרחי** מ"ראש אינדיאני".

יהודית גוטפריד מ"גוטקס", **שוקי לוי וישראל ברק** מנכ"ל "רבלון" לא באו רק ליהנות, אלא גם לעבוד, הם נמנים על חבר השופטים, שיבחרו את הזוכים בפרסים של "רבלון", עליהם יודיעו הערב, באירוע שייערך במלון "קרלטון פנטה".

מי שהיה שם שלושה ערבים ואיש לא ראה אותו, היה מעצב השיער **שוקי זיקרי**, שעבד קשה עם כל הצוות שלו, בהתנדבות, בעיצוב התסרוקות של עשרים וחמישה הדוגמנים והדוגמניות שהציגו את הבגדים.

ה"פינאלה" האחרון של "שנקר" היה כשכולם הלכו ל"שירוקו" ורקדו שם עד השעות הקטנות. ■

יהודית חיון

קורים דברים

ניקור ברגל ימין

מהלך סיור שערכה רעיית ראש הממשלה בבסיס צ"הל נפגשה **שולמית שמיר** עם חיילות. "אני מקנאה לראות את הבנות במדים. אני הייתי חיילת ללא מדים ובחלומות הכי עזים לא האמנתי שאזכה לראות חיילים שלנו במדים, ובוודאי לא חיילות", התמוגגה שמיר, בחלקה שבחים לרמת התיפקוד של הבת צבא ולמגוון התפקידים שלה.

שולמית שמיר. "אני הייתי חיילת ללא מדים".

הניקור התחיל ברגל ימין: כאשר התקבלה שולמית שמיר על-ידי מפקד הבסיס – נכנסה לחדרו חיילת מחייכת והניחה פתק על שולחנו: אדוני המפקד, מזל טובנו נולד לך בן. ■

תלמה הדר

הרבנית אילה גליקסברג (משמאל), האחות סרי סולדד פרפיואן מהפיליפינים (מימין) ובמרכז – פנטומימאית אירית, אשר ליוותה את הקונגרס בדבלין במחאה אילמת: לבושה חציה כאקדמאית וחציה כעקרת בית.

קוגל ושוויון

חוזה בימים אלה מדבלין, מקונגרס "עולמן של נשים", הרבנית איילה גליקסברג, שם נשאה הרצאה בנושא "נשים דתיות – חזון ומציאות". טרם צאתה לשם, קיבלה נתונים ממג'דה סרוג'י, יו"ר הוועדה למעמד האשה הערביה בישראל. אומרת הרבנית: לנשים דתיות, יהודיות, נוצריות, מוסלמיות ואחרות, יש מכנה משותף – פותחים לנו אופציות, אבל לא נותנים לנו אפשרויות ממשיות.

השתתפו בקונגרס 750 נשים מכל העולם, כולל המדינות שמעבר למסך הברזל וכולל מדינות כהודו וקוריאה וקמרון ("אל תקראו לנו העולם השלישי, זה פוגע בנו", אמרו הנציגות משם). מישראל הגיעו, בין היתר: פרופ' דפנה יזרעאלי מבר־אילן, הפסיכולוגית מדילין ספיר מאוניברסיטת חיפה, פרופ' רבקה בר־יוסף, אסתר עילם, פרופ' גליה גולן מאוניברסיטת ירושלים, ד"ר יעל עצמון ממכון ואן ליר, ד"ר נעמי נבו מהסוכנות היהודית ומנהלות מכון "נורה" בתל־אביב.

הבעיה שהטרידה את רוב המשתתפות: כיצד מקיימים בית ומשפחה בצד קריירה בחוץ. בשוליים הפיקנטיים של האירוע הרצו לסביות ונזירות וכמה גברים פמיניסטים.

גליקסברג, דוקטורנטית בבר־אילן, שופנה בבית משפחה יהודית אורתודוכסית. "רביצין, וקוגל לשבת את יודעת להכין?" – זה מה שהטריד אותם. כן, היא יודעת, אבל כדי לטעום מן הקוגל שלה הם יצטרכו לבוא ארצה...

ליה קרן

אירוע דיפלומטי עם צ'מבאלו

לזר גלינסקי, שגריר קולומביה בישראל, היה רעיון מקורי לחגוג את יום העצמאות ה־177 של מדינתו בישראל: הוא הזמין להופעה בפני קהל את אחד האמנים החשובים ביותר של קולומביה. **רפאל פויאנה**, נגן הצ'מבאלו הקולומביאני, מהטובים בעולם על כלי זה, הגיע לארץ במיוחד מפאריס, עיר בה הוא גר, לשתי הופעות אחת בתל־אביב ואחת בירושלים.

המוזמנים, במיוחד דיפלומטים המכהנים בישראל, המיעוט שעוד נמצא בישראל בימים חמים אלה, מילאו את אולם בר־שירה באוניברסיטת תל־אביב. בלטו ביניהם השגריר הצרפתי אלן פיירה, השגריר הנורווגי אגדה טורלייף, השגריר ההולנדי וואן וואיין, וכמובן שגרירי ארצות אמריקה הלטינית. פויאנה, מומחה למוסיקת ברוק, ניגן בין היתר יצירות מאת באך, קופרין, סקארלטי וכו', קיבל הרבה מחיאות כפיים ונתן שלושה הדרנים. בקבלת פנים, שנערכה אחרי הקונצרט, היתה לקהל הזדמנות להודות לשגריר הקולומביאני על האירוע המקורי הזה. ■

אינגה דויטשקרון

"סוף סוף קיבלתי חזה"

תהילה סלע, אשתו היפה של מנכ"ל משרד החוץ, אברשה טמיר, יש הרבה סיבות להיות מאושרת מהריונה. אחת מהן: בפעם הראשונה בחייה היא מרשה לעצמה להתלבש בשמלות חשופות. לנשף יום ההפיכה המצרי שנערך בשבוע שעבר במלון "דניאל" בהרצליה, היא הופיעה בשמלה מהממת, שעיצבה לה האופנאית אורנה מרבך. לשמלה הארוכה, העשויה מבד משי בצבעי חום, שפיסות עור חומות מחוברות לו, היה מחשוף מרשים שמתוכו ביצבץ חזה נאה ומלא. "בחיים לא הלכתי עם דקולטה, עכשיו בהריון אני יכולה. סוף כל סוף קיבלתי חזה",

תהילה סלע ואברשה טמיר. מכסה טפח. מגלה טפחיים.
צילום: הנס אנגלסון.

היא אמרה. נראה שאברשה טמיר דווקא אוהב את השינוי החזותי שחל באשתו. לתהילה, אגב, היתה סיבה נוספת לחגוג באותו יום. היא נולדה ב־23 ביולי, הלוא הוא יום החג לציון המהפיכה במצרים. רק שהיא הקדימה את ההפיכה ב־3 שנים. ■

אירית רותם

רפאל פויאנה (מימין) והשגריר גלינסקי. קולומביה בת 177. צילום: גדי אברמוביץ.

איפנה

יהודית חנוך

כותנה רכה ממגדל העמק (עיצוב: ורה גרוזנר) "אינקוגניטו". צילום: שמואל רחמני

"אינקוגניטו" על שפת הכנרת

להיות אשתו של מנהל מלון חמישה כוכבים זה חיים של חלום. מבשלים רק כשמתחשק מעדן, שהשף לא יודע להכין. לא צריך לדאוג אם העוזרת תבוא או לא תבוא, כי תמיד יש חדרנית במלון, אפשר לשכב על שפת הבריכה מהבוקר עד הערב, הנוף האנושי מתחלף כל הזמן. אפילו למיליונריות יש יותר דאגות.

כל זה נכון, אומרת ורה גרוזנר, רעייתו של יורם גרוזנר, מנכ"ל "פלזה" טבריה, אבל גם החיים הטובים האלה נמאסים יום אחד. בפרט למי שרגיל לעבוד כמוני מגיל צעיר ועוד במלונאות.

ורה, (36), אשה יפה עם עיני תכלת, אף סולד, שיער בלונדי בפסים וגזרה דקיקה: יש בה משהו מאוד אירופאי, למרות שהיא כבר שש־עשרה שנים בארץ. ילידת צ'כיה, שהצליחה לצאת משם בתקופה הקצרה של האביב הצ'כי, ב־1967. למדה מלונאות בלונדון. בג'וב הראשון שלה במלון בארץ פגשה את יורם. הם נישאו וורה נטשה את דלפק הקבלה לטובת דירת המנהלים. אי־אפשר לעבוד במלון כשהבעל מנהל אותו, אומרת ורה, וקשה מאוד לקבל עבודה במלון אחר. לא היתה לי ברירה אלא לוותר על מלונאות. בינתיים נולדו הילדים, שהם היום בני עשר וארבע עשרה. אבל אחרי כמה שנים, נמאס להתבטל. כיוון שתמיד אהבתי בגדים ואופנה, התחלתי לייבא בגדים שנמכרו בבוטיק שבמלון בירושלים; אחר כך כשיורם עבר בתל־אביב

פתחתי בוטיק של בגדי ייבוא איטלקיים בכיכר המדינה. העסק הזה עבד יופי עד למשבר של 83'. פתאום, היתה הכיכר המקום הכי שקט בתל־אביב. הפסדתי הרבה כסף לפני שהבנתי מה קורה פה. כשיורם עבר ל"פלזה" בטבריה גיליתי מחדש את הגליל. ראיתי שיש גם שם הרבה נשים שמחפשות בגדים איכותיים ומצד שני, עובדים מקצועיים שיכולים ליוצר אותם. בעיקר במגדל העמק. כך נולד "אינקוגניטו". לא רציתי לשים את שמי על הבגדים ואז אמר יורם — אז תעשי אותם בעילום שם, איקוגניטו.

הבגדים של ורה, הם מערכות של שניים ושלושה חלקים מפשתן נקי, מקושטים בפריטים מעור, בערפיות, ידכות וחגורות מעור, בעיבוד שניכרת בו המיומנות של אנשים שעוסקים בבגדי־עור, ה"ספציאליטה" של אנשי מגדל העמק, שם היא מייצרת אותם. מערכות של שניים ושלושה חלקים מכותנה מודפסת, חצאיות, חולצניות ומקטורנים. שילובים של צבעים מעניינים, פשתן בצבע חקי עם קישוט עור בכחול עז, פשתן בצבעי־אדמה, כותנה בכחול של הכנרת, כשהיא שקטה. לא בגדים לנערות אלא לנשים בשלות, מזכירים את הסגנון האיטלקי. היא מוכרת אותם ב־200 עד 500 ש"ח.

ורה נוסעת הרבה בכבישי הגליל, בין מגדל העמק לטבריה, נצרת, צפת וכרמיאל. אנשים אולי לא יודעים, אומרת ורה, אבל גם בגליל מתלבשים. בכל עיר יש בוטיק אחד יפה. באוגוסט, יורם עובר לנהל מלון בירושלים. ורה אומרת שלא תוותר על הקשר הגלילי שלה. אולי תמכור את הבגדים גם בירושלים.

חולצת חזירונים. צילום: ...

מתכון לאושר עם חזירונים

הדתיים לא יאהבו את הציורים שמקשטים את החולצות החדשות של "נף־נף": חזירונים עליזים, שנושאים את הסיסמה "חזירוני כל העולם התאחדו". החזירון הוא הסמל המסחרי של חברת "נף־נף" הצרפתית, שנציגיה בארץ הם פייר ופול סרור. בשלושת החדשים שעברו מאז ערכו הופעת בכורה, כבר הספיקו לשגע את הנוער עם גימיק מקורי. הוציאו למכירה מכנסונים, שעליהם רשומה הסיסמה "אהבה בטוחה" ובכיס יש קנדום. המכנסונים האלה נחטפו מהחנויות, אפשר רק לנחש למה. הם אומרים שיש קונים שלא טורחים לקנות את המכנסונים,

...ק לוקחים את הקנדום. כל הזמן ...יך למלא מחדש את הכיסים. האחים סרור יודעים בדיוק מה ...הנוער אוהב. הם פתחו את אחד ...הבוטיקים הראשונים לצעירים, ..."מן", ברחוב דיזנגוף. לפני כמה ...שנים עזבו לכיוון ארצות הברית, ...פתחו שם את "ניו מן" למפעל ...לייצור ג'ינס ובגדים לצעירים. ...עכשיו חזרו. הקימו את "נף־נף". ...בנוסף לחזירונים יש להם גם ...חולצות טריקו, שעליהן כתוב ...מתכון של קוקטייל לאושר: ...לוקחים 1/3 שמחה, 1/3 הנאה, ...1/3 תענוג, קמצוץ של תכלת ...שמיים, מעט שמש, 2־3 עצי ...תמר, מוסיפים שינה בריאה, ...כמות קרח, מעט גרגירי חול, ...קצת צחוק וכיף. להגיש טרי ...בבוקר ובערב. מחיר חולצות ...הטריקו 28 ש"ח, סביר בשביל ...חולצה פלוס אושר.

חולצת טריקו עם מתכון לאושר, "נף נף". צילום: אלדר מאסטרו

שמלת ערב שחורה ודראמאטית, שעיצבה דנה כנען כשחורה מהבידור ל"שנקר". צילום: שוקי (שלום לוי)

דנה בכל זאת חסיים את "שנקר"

כש"המעצבים בדרך" של הכיתה המסיימת הריצו את עבודות הגמר שלהם על מסלול התצוגות בשבוע שעבר ב"שנקר", היתה שם גם דנה כנען. גם היא היתה צריכה להיות בכיתה של הבוגרים, אבל לא כך רצה הגורל.

דנה, (24), נראית כבת עשרה, קטנת קומה ושבריריות. אבל מי ששומע את הסיפור שלה, יודע, שמאחורי הדמות העדינה הזו יש רצון של פלדה ואומץ לב של פייטרית אמיתית. שנה שלימה נלחמה על חייה, במחלה קשה, עכשיו היא ממשיכה כאילו לא קרה דבר, בשנה הבאה, גם היא תעמוד על המסלול עם הבוגרים.

כשהיתה דנה בת שמונה עשרה, ניצלה בנס מתאונה. אחיה הבכור, שהיה במכונית, נהרג. דנה, שחלמה תמיד להיות מעצבת־אופנה, הצליחה להתאושש ולהירשם ל"שנקר". כשיום הספיקה ללמוד שנתיים, אחד התחילה להרגיש רע.

כשהתעלפתי, ידעתי שזו לא סתם חולשה, אומרת דנה, נסעתי הביתה לחיפה, אחרי בדיקה התברר שכדוריות הדם האדומות אוזלות מגופי, מח העצמות הפסיק לייצר אותן. זו מחלה שפעם לא היה לה מרפא, עכשיו אפשר להתגבר, אם מוצאים תורם למח עצמות. למזלי, התגלה שאחי יכול לתרום. עברנו ניתוח השתלת מח עצמות. כדי שלא ידחה גופי את המח המושתל, שכבתי חדשים רבים אחרי זה מבודדת באוהל סגור, כי לאחר ההקרנות נהרס מנגנון החיסון. פה ושם היו מגניבים אלי לחדר, בחשאי, ירחוני־אופנה. הייתי חייבת לראות בגדים צבעוניים ולהמשיך לעקוב אחרי מה שקורה באופנה. המורים ב"שנקר" היו נפלאים, באו להסביר לי את חומר הלימודים.

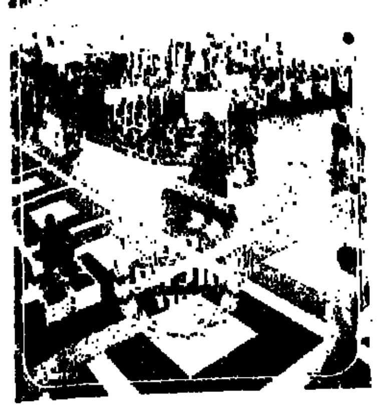
עכשיו מתכוננת דנה לנסיעה לארצות הברית. היא לוקחת איתה תיק עם תצלומי־עבודות שעשתה, בגדיים סקסיים, חליפות מחוייטות שהכינה לפרוייקט של בגדים לאשת הנשיא, שמלת ערב שחורה וצמודה עם אבנט צהוב. יש לה כבר מקום עבודה בשיקגו, שם תעצב בגדי־כלות. תצבור נסיון עד לקיץ, לשנת הלימודים הבאה. צריך הרבה אומץ ואופטימיות כדי להסתער כך על העולם, אחרי מה שעבר על דנה.

סבבונים של ...

"קניון איילון" שנתיים של הצלחה

החודש מלאו שנתיים לקניון אילון ברמת־גן, מרכז קניות ובילוי, מקום עם סטייל למבינים באמת. 80 חנויות בקניון פתוחות עד השעה 9.00 בערב: בתי אופנה בסגנונות שונים מצעיר ו"זרוק" ליום־יום, ועד לשמלות ערב אלגנטיות ומרשימות, מתנות מקוריות, ספרים, תקליטים, צילום, ספורט ונשק, ואביזרי בית אקסקלוסיבים. סניפי רשתות השיווק: "חיפרכל", "שקם", ו"סופרפארם" מציעים גם הם מוצרי איכות ושירות ברמה בה ניתן לפגוש רק במרכזי הקניות הגדולים והחדישים ביותר באירופה ובארה"ב.

בתי הקפה, המסעדות ובתי הקולנוע המשתלבים בין מיפלסי החנויות מאפשרים שילוב של קניות עם בילוי להנאת המבקרים. מיפגשי הבוקר "שלישי־נשי", בהנחיית דודו דותן, שבוע האופנה, תחרות "מלכת היופי של הקניון 1987", הם אך מעט דוגמאות לארועים החברתיים המתרחשים בקניון.



יומולדת לקניון איילון

סולוג — שברון

קניון איילון שער הירקון רמת־גן

לסולוג — שברון

שפע ברכות ואיחולים לבביים

דורון 2
אופנה עכשווית לצעירים
טלפון 03־379225

לשברון — סולוג

אתכם ביד אחת להצלחה ושגשוג

מהנהלת סולוג
רח' הפלך 3 תל־אביב

cifio אופנ ילדים בחנויות המפעל

לסולוג שברון

שאו ברכות חמות עלו והצליחו

אמבי גינס
תעשיית הלבשה
הירקונים 37 פתח־תקוה
טלפון 918346

לשברון

המשך עבודה פוריה בכוחות משותפים

גנאל —
משרד לביטוח

לסולוג — שברון

המשך עבודה פוריה

תכלת
מפעלי צביעה ואשפרה בע"מ

לסולוג — שברון

המשך שיתוף, פעולה פורה

VERRYCCI— 1901
יצרני מכנסים בסמון ספורט אלגנט לגברים
טלפון 657544

לאגו קניון!

איתכם לאורך כל הדרך

Charles Victory

המפעל: רח' הרצל 31 נתניה 053/338506

EGO בגדי נשים

לאגו קניון!

אתכם ביד אחת להצלחה ולשגשוג!

מאחלים:

מונה ליזה — אלנבי 67 ת"א
לירוצ'י — מוהליבר 39 ת"א
אקספשיין — מוהליבר 47 ת"א
דייבי מוד — סטודיו לאופנה

שיווק בלעדיו סימון ואיצ'ו

פֶּשֶׁה מֶשֶׁה
peche meche

יעבץ 20, תל־אביב — 650411

לאגו

עלו והצליחו!

מאחלים:
דונה גיי
יצרני אופנה איטלקית
יעבץ 17 ת"א 697208

ל־EGO קניון

איתכם לאורך כל הדרך

מאחלים: **מרטין**
האופנה האלגנטית
נחלת בנימין 18
טל. 664330

מרטין MARTIN

סנסור — מוצרי חשמל בע"מ

לצוות עובדי סנסור קניון ברכות להמשך הדרך, תוך שיתוף פעולה פורה

"אחים ירוחם"
שיווק מוצרי חשמל ואלקטרוניקה
רח' חיל השריון 120 ת"א, טל. 373929

לצוות עובדי סנסור קניון

עלו והצליחו בהמשך הדרך

מרטפון אימפורט בע"מ
שדרות יהודית 35, ת"א, טל' 251176.
יבואני טלויזיות "גרץ"
מכונות כביסה ומדיחי כלים קונסטרוקטה
שואבי אבק "פאקיר"
ומדיחים קטנים "סילטל"

לסנסור קניון!

ברכות להמשך הדרך, תוך שיתוף פעולה פורה!

SONY

ISFAR
ישפאר - שוכנת סוני בישראל
רח' אחד העם 9 מגדל שלום, ת"א טל: 03-652431

העולם מתקדם מסוני לסוני.

לעובדי סנסור קניון!

המשך שיתוף פעולה פורה עלו והצליחו!

Pilot
GRUNDIG
Rowenta

לסנסור קניון!

מיטב הברכות והאיחולים

AEG
TELEFUNKEN
מסורת של איכות!

לעובדי סנסור קניון!

שאו ברכות חמות עלו והצליחו

SANYO
מאחל בית־סניו

ברכות לסנסור!

Sauter
— תנור היוקרה הצרפתי עכשיו גם בסנסור־קניון

ג.ל. חברה לסחר בע"מ

לסנסור קניון!

ברכות להמשך הדרך תוך שיתוף פעולה פורה! עלו והצליחו!

קריסטל
★ יבוא ★ שרות
★ שיווק מכונות כביסה ומדיחי כלים
מקררים ומקפיאים
מכשירי טלויזיה ווידאו
תנורי בישול ואפיה
תנורי מיקרוגל
אולם תצוגה ומכירה: תל־אביב, גאולה 40, 657262
הזמנות לשרות:
החילזון 12 ר"ג, 7511126

מגש ע"י הרטל בע"מ ... במעריב 03־664194

לדלקטיב

שאו ברכות חמות עלו והצליחו!

גיל־דג
סלומון מעושן מיוחד
רח' סוללה 15 תל־אביב
טל' 03־824491 821560

לדלקטיב

שאו ברכות חמות עלו והצליחו!

מגש שקד, חברה לשיווק משווקי ייננות רמת הגולן
רח' המרצות ישראל 5, גבעתיים.
טל: 03־769990, 770188

רשת דליקטס
קניון אילון
טל. 03־790238

טב־טירת צבי
כשר למהדרין

לדלקטיב

עלו והצליחו

שרותי ארגל
שווק לבתי מלון ומסעדות בע"מ
יבואנים וסיטונאים לציוד וכלים
שטח נמל תל־אביב. ת.ד 6235
מיקוד 61061. טלקס 341667
טלפון 5464433 (10 קווים)

לדלקטיב

ברכות חמות להמשך הדרך תוך שיתוף פעולה פורה

מאפיית "ודש בע"מ"
רח' החרושת, אזור התעשיה הדרים
רמת השרון, ת.ד. 1286 מיקוד 491033
24 שעות בשמחה! 03־471322, 491546

חברת דרוט

שמחה לברככם ביום חגכם המשיכו ושגשגו!

חברת דרוט
תעשיות מוצרי נייר
רמת־גן — שפירא 7
טל' 03־721430

לדלקטיב

שאו ברכות חמות והמשיכו בדרך זו!

חברת סילקור בע"מ
שרותי הנדסה, התקנה ואחזקה למערכות קרור ומזוג אויר
רח' אחד העם 5, חולון 805352 03־5561151

לדלקטיב ברכות והמשך שיתוף פעולה פורה

משה מרום
מוצרי מזון ומעדנים
יבואנים ומפיצים
אספקה לרשת חנויות דליקטס מעדניות יוקרה בכל הארץ
רח' פיג'וטו 3 תל אביב
03-612296 624030

דוריס ואלכסנדר בגדי ילדים

לדוריס ואלכסנדר!

ברכותינו הנאמנות

מאחלים: **פולליה** יצרני אופנה בגדי נשים וילדים
רח' יונה הנביא 25, 03־655455

לדוריס ואלכסנדר!

מזל טוב

מיוסי ואווה וכל צוות פייר גליו

Pierre Galio

דרך יפו־ת"א 44
קומה ב', 03־838936

לדוריס ואלכסנדר!

ברכות להמשך הדרך תוך שיתוף פעולה פורה!

begeed
מיכל בוגד
רח' הברזל 21, רמת־החייל, טל' 03־483127

לדוריס ואלכסנדר!

המשך שגשוג ועליה!

אופנת "מודו־בוי"
יצרני אופנה לילדים ונוער
רח' המטחן 26, ת"א, 03־839063

mudo boy

לדוריס ואלכסנדר!

עלו והצליחו!

מאחלים: **פטיטו** אופנה עילית לילדים ותינוקות 830720

לדוריס ואלכסנדר!

עלו והצליחו!

אופנת סופר סטר
ססמה השוק 3, תל־אביב.
טל' 839804

SUPER STAR

לדוריס ואלכסנדר!

רוב נחת שגשוג ויצירה

אבי חגורות בע"מ
ייצור חגורות אופנה
עבה 11, רמת־גן, טל' 771545, 772553

לדוריס ואלכסנדר - קניון!

ברכות להמשך הדרך תוך שיתוף פעולה פורה עלו והצליחו

טריק בע"מ
יצרני אופנה צעירה לתינוק ולילד
רח' יצחק אלחנן 18, תל־אביב, מיקוד 65152
טל' 03־5101322, 03־6500606

Trik
טריק והילד לבוש

תפנית 85 ש. א. א.

חברה לשווק וסחר בינלאומי בע"מ
קניון איילון רמת־גן — טלפון: 03־799529, 704531

לשלום
ולכל צוות תפנית 85

המשך עבודה פוריה

מאחלים:
אשר ואבי
"אפנת שמית"
קניון

תכנון ויצור מתקני תצוגה לחנויות, תערוכות וירידים
רח' טוה שאנן תל־אביב — טל' 03־376411

מס' 1 בארץ בייצור דוכנים גדולים

לאמיל שלום ג'ק
ולכל צוות עובדי תפנית

ברכות לבביות

לתפנית 85

עלו והצליחו

אקסטרא פלסטיק
יצרני אריזות פוליאטלאן
טל. 805047

לשלום ז'ק אמל ולתפנית 85

שפע ברכות ואיחולים לבביים

אלי גורה וצוות העובדים
טל. 7512812

WILD—DEMONSTRATION
סוכנות בלעדית למוצרי רוט־גלב מרסקי ירקות
תוצרת גרמניה טל: 04־935880

לתפנית 85 ברכותינו לעסקים טובים ולליכוד השורות

הידרן-
עזרה ראשונה באיבוד נוזלים בקיץ

הרכבה של תמיסת "הידרן" אושר בניסויים מדעיים בארץ ובחו"ל.

[illegible] השנה מביאות בכנפיהן לא רק [illegible] במזג האויר, אלא גם מחלות עונתיות [illegible]. בחורף אנו מצטננים, מתעטשים [illegible] ואילו בקיץ מגיעה לשיאה סכנת [illegible] מזיהומי מעיים, שילשולים וכן סכנת [illegible].

[illegible] פירושה אבדן נוזלים ומלחים [illegible] בהם, החיוניים לתיפקודו התקין של [illegible]. עקב זיהומי המעיים, לוקה החולה [illegible], מאבד נוזלים ומלחים ובמקרים [illegible] נוצרת סכנת חיים ממשית, במיוחד [illegible] תינוקות וקשישים.

[illegible] הגורמים להתייבשות וכיצד ניתן [illegible] בהם?

[illegible] ההתייבשות בישראל מוחשית ביותר: [illegible] מגיעה הטמפרטורה ל- [illegible] צלזיוס ויותר, [illegible] רבים שורר אקלים יבש, הגורם [illegible] רב של נוזלי הגוף.

[illegible] נוספת הנגרמת ע"י ההתייבשות: [illegible], תומציות יתר של הדם, שגם היא [illegible] לסכנת החיים.

משקאות קלים עלולים להזיק.

[illegible] חשובה לאיבוד נוזלי הגוף הם [illegible] הנגרמים עקב זיהומי מעיים. הזיהום [illegible] אלינו באמצעות מזון החשוף לאויר הקיץ [illegible] ובשווקים. בעבר סברו שניתן [illegible] בזיהומים אלה בתרופות אנטיביוטיות. [illegible] ידוע שמרבית הזיהומים נגרמים ע"י [illegible] שאינם רגישים לאנטיביוטיקה.

[illegible] נוספת שהופרכה היא שניתן להחזיר [illegible] את הנוזלים והמלחים ע"י שתיית משקאות [illegible], בעיקר קולה וכן מים או מרק. מחקר [illegible] במרכז הרפואי "סורוקה" בבאר-שבע [illegible] שבמשקאות קלים יש ריכוז נמוך מדי של [illegible], ויש מקרים בהם השילשול אף מתגבר [illegible] שתיית משקאות קלים.

וכן - לא מים, לא קולה ולא מרק של [illegible]. אירגון הבריאות העולמי ערך במשך [illegible] מחקר מקיף באפריקה, בה הגיעה תופעת [illegible] ההתייבשות לממדים של שואה ממש, והממ[illegible] [illegible] הראו בצורה חד-משמעית כי הכרחי להחזיר לגוף בדיוק את ההרכב והכמות של [illegible] והמלחים שאבדו ויש לעשות זאת באמצעות תמיסה מלחית בריכוז זהה לזה של [illegible] שהופרשו מהגוף. כל דרך אחרת אינה אלא [illegible] לבטלה.

בעקבות המחקר המקיף של ארגון הבריאות העולמי, פיתחה חברת "טבע" יצרנית התרופות הגדולה בישראל אבקה להכנת תמיסה המיכלה תערובת של מלחים וגלוקוז להחזרת הנוזלים והמלחים שאבדו בעת השילשול וההתייבשות.

תערובת המלחים והגלוקוז המיוצרת ע"י "טבע" נקראת "הידרן" וניתן להשיגה בבתי-המרקחת בשני ריכוזים: הידרן 60 לתינוקות ולילדים קטנים - והידרן 90 למבוגרים. לקשישים מומלץ הריכוז של הידרן 60. בעת נטילת התמיסה, יש להקפיד על המינון הנכון, בהתאם להוראות המפורטות בעלון המצורף לכל אריזה.

אסור להמתין להופעת כל הסימנים הללו. מיד עם התחלת השילשול יש לתת לתינוק, לילד או למבוגר המאבד נוזלים, תמיסת "הידרן" בריכוז מתאים (60 או 90) ובכמות הדרושה. לכן תמיסת "הידרן" היא עזרה ראשונה בכל בית.

ולבסוף כדאי לדעת כי להידרן טעם טוב, במיוחד להידרן 60, המיועד לתינוקות ולילדים קטנים, לו הוסיפו ב"טבע" טעם וריח נעימים במיוחד, כדי שהזאטוטים יהנו ויבקשו עוד...

שילשול והתייבשות הגוף מסוכנים לבריאות.

[illegible]

כיצד ניתן לזהות מצב של התייבשות [illegible]?

יש כמה סימני זיהוי והם משתנים בהתאם לדרגת ההתייבשות:

כשהגוף מאבד [illegible] ממשקלו (כשתינוק במשקל 10 ק"ג, למשל, מאבד [illegible] גר') - יש הרגשת צמא.

באיבוד [illegible] במשקל הגוף - הדופק מהיר, ויש עירנות יתר.

כשהגוף מאבד [illegible] ממשקלו - הדופק מהיר אך חליש, הנשימה עמוקה ומהירה, העיניים שקועות, מופיע חוסר דמעות, השתן מועט וכהה.

מ-10% של איבוד משקל מהגוף ויותר - מופיעים בנוסף לכל התופעות הללו, כחלון, נמנום, הזעה, הרגשת קור, אי-הפרשת שתן במשך מספר שעות ועוד.

אצל תינוקות הסיכון חמור במיוחד:

הם עלולים לאבד כ-10% ממשקל גופם תוך 24 שעות ולהקלע לסכנת מוות!

[illegible]

מינון לשילשול קל *

משקל הילד/ה	כמות התמיסת "הידרן" ליום
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]

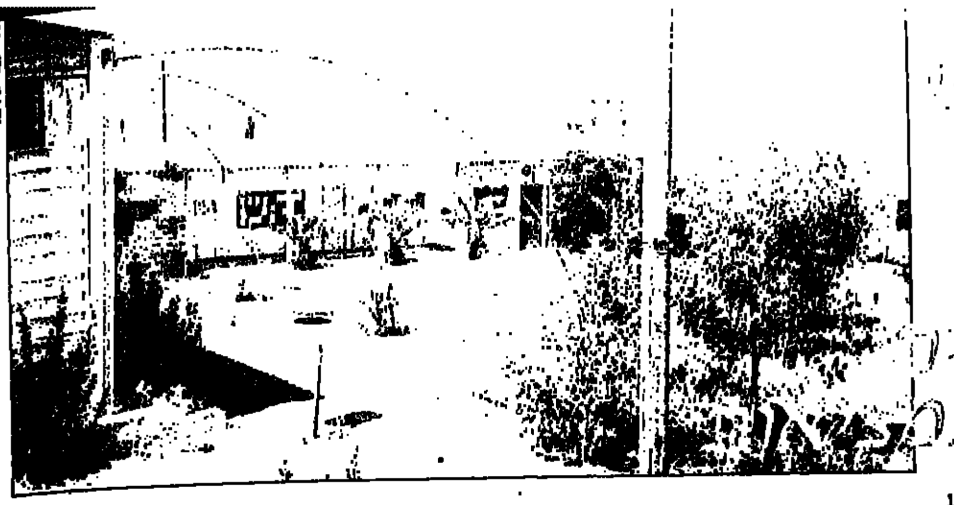
* במקרה של ספק יש לפנות לרופא.

יש לחזור ולהדגיש כי מתן משקאות קלים או מרק, לא רק שאין בו תועלת, אלא שהוא עשוי להזיק, ומתן מים וסוכר אף יחריף את השילשול.

כן ראוי לזכור כי אם השילשול נמשך, או יש ספק כלשהו - יש לפנות לרופא, אך בדרך כלל מתן הידרן הוא עזרה ראשונה יעילה מאוד, המחזירה לגוף את מה שאבד לו בשילשול ובהתייבשות.

ניתן להשיג את תמיסות "הידרן" בבתי מרקחת ללא מרשם רופא, ורצוי להחזיק בארון התרופות בבית כמה אריזות כמלאי זמין לעזרה ראשונה בחודשי הקיץ החמים.

מדור אינפורמטיבי



"חננית" ישוב קהילתי עם איכות חיים – חלום שהופך ל[illegible]

חננית הוא ישוב קהילתי שהוקם בשנת 1981 כחלק ממרכז התישבותי הנקרא "גוש ריחן". הישוב ממוקם דרומית מזרחית לנחל עירון על הגבעות של צפון השומרון.

חננית שוכנת על רמה בגובה 400 מ' שממנה ניתן לצפות בקשת פנורמית על שפלת החוף ממערב, על עמק יזרעאל, הגלבוע ונצרת ממזרח, על הרי מנשה מצפון והרי אפרים מדרום.

חננית נמצאת במרחק של 30 דקות מחדרה ועפולה, 45 דקות מחיפה וכשעה מתל־אביב.

בשלבי תכנון והקמה נמצא מרכז שירותים אזורי ומרכז תעשיה ההולך ומוקם בקרבת הישוב.

חננית הוא הישוב הקרוב ביותר למרכז האזורי וממוקם בלב אזור של חורש טבעי ושמורת טבע (יער ריחן).

קהילה וחברה
מוסדות הישוב מנוהלים במסגרת של ישוב קהילתי, אשר באמצעותו יכול כל חבר ותושב להביא לידי ביטוי את יכולתו האישית בהשגת יעדים חברתיים, ציבוריים ולאומיים במסגרת החברה הקהילתית הדוגלת ומתנהלת על פי עקרונות של עזרה הדדית ושותפות באחריות הציבורית.

הגיבוש החברתי, שהוא התנאי הבסיסי ליצירת איכות חיים טובה מתבטא בישוב בפעילות החברתית הענפה למבוגרים ולילדים כאחד, ובהשקעת מאמצים בטיפוח הישוב הן ברוח והן בחומר.

בישוב מועדון חברים מרווח, מועדונית פעילה לילדים, וספריה פעילה.

מסגרת כלכלית – תעסוקתית
הישוב מתוכנן להתבסס על תשתית מקומית, בישוב אזור תעשיה ובו מבנה תעשיה המיועד ליזמים מתושבי הישוב או בשיתוף חברי הישוב עם יזמים חיצוניים, כמו כן בישוב ישנן 11 אווזיות לפיטום אווזים.

הישוב מאושר במשרד התעשיה והמסחר כאזור פיתוח "א' פלוס", המעניק ליזמים הטבות משמעותיות בהקמת המפעל.

כיום, מרבית התושבים מוצאים את פרנסתם מפיטום אווזים בישוב, שאר המשפחות מוצאות את פרנסתן ממקורות תעסוקה מחוץ לישוב כך שכל משפחה מנהלת את חייה הכלכליים באופן עצמאי.

מגורים בישוב
בשלב זה אפשרויות המגורים בישוב מגוונות. האפשרות הראשונה היא מגורים במבנים קיימים בגודל של 65 מ"ר על שטח של דונם אדמה.

אפשרות שניה לכל חבר בישוב, או מועמד, יכול לבנות את ביתו בשיטת "בנה ביתך" בחננית לפי תכנון המשתלב בנוף הכללי, כפי רצונו ובאופן עצמאי באותם התנאים.

חינוך
במקום פעוטון, גן ילדים, תלמידי ביה"ס היסודי לומדים בביה"ס הקהילתי האזורי בשקד במרחק 2 ק"מ מהישוב, תלמידי חטיבות הביניים והתיכון לומדים בפרדס־חנה, התלמידים מוסעים למוסדות החינוך השונים בהסעות מסודרות ונוחות.

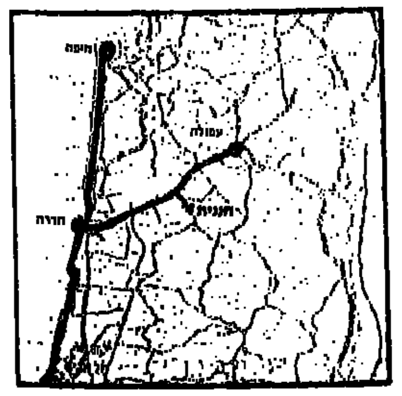
בריאות
בחננית קיימת מרפאה פעילה השייכת לקופת חולים של ההסתדרות, ומופעלת באופן שוטף על ידי אחות תושבת הישוב.

רופא ילדים ומשפחה מבקר בישוב שלוש פעמים בשבוע, שרותי חוץ של רופאים מומחים ומעבדה, ניתנים באופן שוטף על ידי סניף קופ"ח בחדרה.

תחבורה צבורית
קו מס' 056 בימים א'–ה' בשעות: 06.45, 11.00, 16.00.
במוצאי שבת בשעה 21.30.

קו מס' 057 בימים א'–ה' בשעות: 14.00, 19.30.
במוצאי שבת בשעה 19.00.

התחבורה הנ"ל היא מחדרה לחננית וחזרה.



איך מצטרפים לחננית?
הכביש המוביל לחננית תחילתו בפניה משולטת מכביש נחל עירון (לואדי ערה). לאורך הדרך ישנם שלטים נוספים שינחו עד לישוב. אנשי הקליטה של הישוב ישמחו להפגש אתכם ולערוך למענכם סיור הכרות.

כתובתנו למתעניינים:
ועדת קליטה ישוב קהילתי חננית.
ד.נ. מנשה מיקוד 37 870
טלפון: בשעות הבקר – רוברט אביטן 06-351171.
בשעות הערב – זינה ניב 06-351520.

חלמת על בית פרטי על דונם אדמה?
עכשיו בהישג ידך ללא השקעה!

כשמציעים לך הצעה חד פעמית אל תחשוב פעמיים, זו יכולה להיות התגשמות חלומותיך. בחננית, 30 דקות מחדרה ועפולה, מציעים לך בית 65 מ"ר על שטח דונם אדמה, ללא השקעה, איכות חיים, אויר צלול בחיק הטבע.

מפגש וסיור בישוב יערך ביום שבת, 1.8.87, בשעה 10.00 בבוקר. תחנת המפגש: תחנת הדלק ג'שמואל (בכניסה לואדי ערה). נציג הישוב יחכה למשפחות במקום.

חננית – ישוב קהילתי חילוני

ועדת קליטה ד.נ. מנשה צפון השומרון מיקוד 37870

ליאורה עיני

סאטמאר: חיים בבועה

רסיסים קטנים של חיים בשולי ניו־יורק, בשולי היהדות, בשולי המאה ה־20. תמונות מן הגולה עכשיו. שלא על מנת לשפוט.

לא יצאתי לגור בקרב שבט אפריקני. לא יצאתי לחקור שבט פיליפיני. יצאתי לחיות חודש בקרב השבט שלי, עצמי ובשרי – ובכל זאת כל כך רחוק וזר לי: עדת סאטמאר בברוקלין. העילה לנסיעה: נישואי נכדתו של דודי הקשיש, אחי אמי. יצאתי שמחה לקראת המפגש, אך גם מלווה בחרדות, כיצד אעמוד בכך וכיצד יקבלו אותי. בדיעבד הסתבר לי שגם הם, מצידם, עם כל האושר על איחוד המשפחות הקצרצר הצפוי לנו יחדיו, חששו מעט: כיצד ינהגו הבאים מארץ־ישראל.

קל היה לי יותר לתאר מפגש עם בני שבט הזולו. הייתי מסוגלת להיות עניינית מאד וזהו. לתאר תופעות. אלא שכאן הייתי מעורבת נפשית. הרבה דעות קדומות נמוגו, הרבה נקודות סתומות הובהרו. משני הצדדים היתה נכונות לקבל את הזולת כמות שהוא וגם נכונות ללכת לקראתו.

עם תום מלחמת העולם השניה, לאחר ... נות ריכוז, נתפסו דודי ודודתי לקנאות ה... מכירים במדינת ישראל, וכדבריהם – לא ... עד ביאת המשיח.

כשיבוא המשיח והם יבואו ארצה, הם ... מדינה מן המוכן. אני מקווה כך. אבל לא ... את זה. לא נסעתי כדי להתווכח. נסעתי ... איתם זמן מה בתנאים שלהם. להבין.

התקבלתי באהבה והחזרתי אהבה, איש לא ... נותני ואני לא ניסיתי לשנות איש. ... יש בעיניהם ערך עליון. אני מוכנה לאמץ ... הזאת.

ונקודה אחת להבהרה: האנגלית כמוה ... נח, אבל ללא ההונגרית והיידיש לא היתה ... בינינו יכולה להיות טובה כל כך. גשר של ...

את כיסוי הראש אין מסירים במשך היממה כולה. הנשים ישנות במטפחת, הגברים – בכיפה.

תופסים ראש

שער ראשן מגולח כליל, אבל יש מי שמתהדרות בפאה ויש מי שהולכות במטפחת. וגם בענין הזה יש גוונים וגווני גוונים, המעידים על מידת החרדיות. יש פאה העשויה בחלקה משער טבעי ונראית עשירה ויפה־פיה ויש פאה העשוייה סיבים סינטטיים ואי־אפשר לטעות בה אפילו מרחוק. אתל הולכת בבית במטפחת ומחוץ לבית בפאה סינטטית ובמטפחת משי, המכסה כמעט את כל הפאה. איטה הולכת בבית במטפחת ובחוץ בפאה משער טבעי ועליה כובע אופנתי קטן. קיילה הולכת בבית ובחוץ במטפחת בלבד – שחורה או לבנה – משוכה לה עד אמצע המצח. וחיה'לה, בת 25 וגרושה לאחר חצי שנת נישואים אומללים, מסתובבת מבוקר עד ערב בפאה של תלתלים בלונדינים. ואיש אינו אומר לה דבר.

והגברים – גם שיער ראשם מגולח כמעט לגמרי, (בבית הכנסת של סאטמאר בעיירה היהודית מונסי, יש שלט האומר: גבר בעל בלורית לא יוכל לעלות לתורה), למעט הפאות הארוכות המגולגלות סביב אפרכסת האוזן. באירועים חגיגיים משתרבבות הפאות עד הכתפיים ואפילו למטה מהם (וכדי לקצר את הפאות, מותר לצרוב אותן באש הנר מדי פעם). בבית הם חובשים כיפה גדולה. ברחוב – מגבעת שחורה על הכיפה. בשבתות ובימים טובים – מגבעת פרווה. שטריימל.

בחתונתה של חנה'לה היה שייע במגבעת פרווה, כי הוא אחיה של הכלה, לייבלה היה במגבעת פרווה כי הוא בן דודה של הכלה, אבל מוישה־חיים היה במגבעת שחורה "סתם", כי הוא בן דוד מדור שני. יש היררכיה ויש סדר ובענין הזה מקפידים מאד.

תנאים

אחד התנאים באירוסיה של חנה'לה ליענקל: לאחר הנישואים תוכל קווצת שיער של פאה אופנתית לבצבץ מתחת למטפחת הראש של חנה'לה. אמה עמדה על כך וחמותה לעתיד הסכימה לכך. אמה של חנה'לה נוהגת אף היא כך, אבל החמות חובשת מטפחת בלבד, ללא כל פאה. ועוד אחד ההסכמים של טרם חתונה: הורי החתן יקנו לכלה שלוש פאות נאות ועוד כהנה וכהנה מטפחות משי. הורי הכלה יקנו לחתן שטריימל נאה.

מחירה של מטפחת משי – כ־100 דולר. מחירה של פאה אופנתית – כ־200 דולר. מחירה של מגבעת פרווה ממריא גם לאלפיים דולר.

נעוריה הקצרים של צפורה־לאה

צפורה־לאה בת שבע עשרה וזה השבוע האחרון שלה בכתה י"א. הבנות של סאטמאר מסיימות את חוק לימודיהן אחרי 11 שנים. עוד שתי בחינות – וזהו. צפורה־לאה יוצאת לחיים.

במסיבת הסיום תשא צפורה־לאה את נאום הברכה לרבנית, למורות, לאמהות. המסיבה תהיה על טהרת הנשים בלבד. ים של חולצות לבנות, חצאיות שחורות. וכל החצאיות הן בגובה 10 אינטש מעל הרצפה. כך ציוותה המנהלת. ובריילה־שרה, אמה של צפורה־לאה, פורמת ותופרת, פורמת ותופרת. מוכרח להיות בדיוק.

אתן השקיתן אותנו, טפחתן אותנו – עכשיו עלינו להוכיח שעשינו פרי, מתאמנת צפורה־לאה לקראת הטכס. ביום האחרון ללימודים תאמר המנהלת לתלמידות, למי מהן מחכה משרה של מורה בבית הספר בשנה הבאה. כל השאר תחפשנה משרות בבתי ספר אחרים, רחוקים יותר מן הבית. 17 שנים עברו על צפורה־לאה בלימודים, בפטפוטים עם חברות בטלפון, בעזרה לאמה עם התינוקות שבבית. בשנה הבאה היא כבר תלמד ילדות קטנות אחרות, תטעם את העצמאות, ובשנה שלאחר מכן – היא תנשא לאיש ותיכנס למעגל היולדות. ילד ועוד ילד ועוד ועוד ועוד. שלום לכם, נעורים מתוקים קצרצרים.

ברוקלין ברידג'

מחלון דירתה של דבורה, בקומה ה־21 ב"פרוייקט הזוגות הצעירים" בוויליאמסבורג, נשקפים רבי הקומות של מנהטן, כמו מעל גבי גלויה מצויירת. גשר ברוקלין, המוביל אל עורק החיים שם, נדמה לדבורה מן החלון שלה, כמו גשר אל האין, אל הנעלם. לגביה הוא גשר ללא מוצא. שם, בתוך הגלויה המצויירת, מתנהל העולם על פי הקצב המטורף של המאה ה־20, אבל עד דבורה הרעש איננו מגיע, ודיבורה רך ומתנגן והיא צוחקת ומטיילת עם התינוק בעגלה, לאט לאט, לאט לאט.

בשבת, בדרכו אל בית הכנסת, יורד שולם ועולה ברגל את כל 21 הקומות, מפני שאין סומכין בסאטמאר על מעלית שבת – ודבורה נשארת עם הילדים הקטנים בבית. גם אילו הייתה גרה בקומה הראשונה, לא הייתה יכולה להוציא את העגלה החוצה, משום שאין עירוב בחצרות בוויליאמסבורג והטלטול אסור.

DO YOU NEED A JOB
אדער פרנסה
LEARN DIAMOND SETTING
FREE DEMONSTRATION
We will assist you in
job placement
לערנט אייך דיימאנד סעטינג
מיר העלפן אייך טרעפן א דזשאב
פראפעסיאנעלער לערער
רופט פאר מער אינפארמציע
(718)339-2640

פאדריגאל'ס
היימישע חלות
דאנערשטאג פון 11 ביז 9
1272 56th St.
מיר נעמען אן באשטעלונגען
אויף שמחות
384-7982 435-4956

פאר אינפארמאציע פאר די
קרית יואל באסעס
רופט נאר די נומערן:
(914)783-8559 (718)782-5566

דער איד
ארגאן פון שטאפהעלטנען ארטאדאקסישען אידענטום אין אמעריקע
DER YID Voice of American Orthodox Jewry

"דער איד", שבועון העדה החרדית: מעט ידיעות מקומיות, מעט חדשות מארץ־ישראל. מעט סיפורי מעשיות עם מוסר השכל. מעט היסטוריה (מלחה"ע ה־2), חשבץ לילדים. הרבה מודעות.

מה קורא

גם בבתי הספר המיוחדים של ילדי סאטמאר חובה ללמוד את השפה האנגלית. ספרי הלימוד מסופקים ע"י הרשויות. יושבים אפוא בסאטמאר המחנכים ומוחקים בטוש שחור כל מילה שהיא בחזקת תועבה: כריסמס, רדיו, טלוויזיה וספריה. למה ספריה? כי בספריה יש ספרים חילוניים. בסאטמאר אין ספריות. ובכל זאת – הילדים מחליפים בינם לבין עצמם ספרים. סיפורי נסים של רבנים. סיפורי מעשיות עם מוסר השכל. סוף טוב.

אין טלוויזיה, אין רדיו, אין עתון חילוני. רק "דער

(המשך בעמוד הבא)

מי הם? מה הם?

חסידות סאטמאר היום היא התגלמות קיצונית של האורתודוקסיה ההונגרית מלפני המלחמה. קנאות דתית מהולה בקיצוניות פוליטית. מלחמת החורמה של רבי יואל טייטלבוים זצ"ל נגד הציונות, עברה הסבה למלחמה חסרת־פשרות נגד "המדינה הציונית הכופרת".

היסוד האידיאולוגי הוא "שלוש השבועות" – מדרש אגדה, על יסוד הכתוב ב"שיר השירים" ("השבעתי אתכם בנות ירושלים...") – שבו "משביע" הקב"ה את ישראל שלא ירחקו את הקץ, שלא ימרדו באומות ו"לא יעלו כחומה", כלומר לא תהיה עליה המונית, מאסיבית, מאורגנת, לארץ ישראל, לפני בוא המשיח. ה"תנ"ך" של הקהילה, המונה בארה"ב כשמונת אלפים משפחות מרובות ילדים, הוא ספרו של רבי יואל, "ויואל משה", בו הוא בא חשבון עם הציונות החילונית והדתית כאחת.

אם כי אנשי סאטמאר, המרוכזים בארה"ב בשלושה מרכזים (וויליאמסבורג שבניו־יורק וכן העיירות מונרו ומונסי), נחשבים פחות קיצוניים מאחיהם־לדעה – אנשי נטורי קרתא בירושלים – אין הם מסוגלים לשתף פעולה עם גוף יהודי כלשהו, לרבות החרדים ביותר, ומשום כך הם בבחינת "לבדד ישכון".

הרב משה טייטלבוים.

אנשי סאטמאר אינם מדברים עברית בגלל שתי סיבות: א) בגלל שהציונים מחללים, לדעתם, את לשון הקודש. ב) בגלל שלגופו של ענין מותר להשתמש בלשון הקודש רק לדברים שבקדושה ולא לענייני יום־יום.

על אף האמור בענין העליה, יש בארץ כמה אלפי חסידי סאטמאר, מרוכזים בשני מרכזים עיקריים, בבני־ברק ובירושלים. רובם מדירים את רגליהם מביקור ליד הכותל, "ששוחרר על ידי הצבא הציוני". מחרימים את הבחירות לכנסת, בוזים למפלגות הדתיות/חרדיות, אך משתתפים בבחירות לעיריות.

בחירת הרבי הנוכחי, הרב משה טייטלבוים, שהיה ברוקר בבורסה לפני שישב על כס דודו, רבי יואל, היתה מלווה סצינות קשות, ויש קבוצה גדולה של חסידים שעד היום לא השלימה עם הבחירה. הללו מתרכזים סביב האלמנה, הרבנית פייגע, שבאחרונה ביקרה בארץ וחילקה מאות אלפי דולרים לחסידיה.

לסאטמאר ארה"ב מהלכים בחוגי השלטון האמריקני; עסקניה הבכירים יוצאים ונכנסים בבית הלבן; הקהילה נהנית מפרוייקט שיקום קבוצות נחשלות. יש ביניהם כמה מיליונרים כדרכות עצמם, שמממנים חלק ניכר מהפעילות החינוכית, הפוליטית והסיעודית, לרבות תמיכה במרכזים בישראל.

ש.א.

התאחדות המלונות אילת

חופשה באילת
עולה על כל דמיון
ועולה פחות
ממה שאתה חושב!

חייג 059 - וקבע את המחיר הנוח לך:

5 כוכבים
אביה סונסטה 79222

4 כוכבים
גני שולמית 75151
הסלע האדום 73171
מוריה 72151
מלכת שבא 72121

נפטון 79333
גלי אילת 73122
קיסר 76161
לגונה 79444
המלך שלמה 79111

3 כוכבים
בקעת הירח 75111
צנטר 73177
אמריקנה 75176

עציון 74131
אלמוג"ים 79555
אדומית 79513
כפר הנופש
קלאב-אין 79577
ספורט 79102
סן טרופז 74161

2 כוכבים
בל 76122

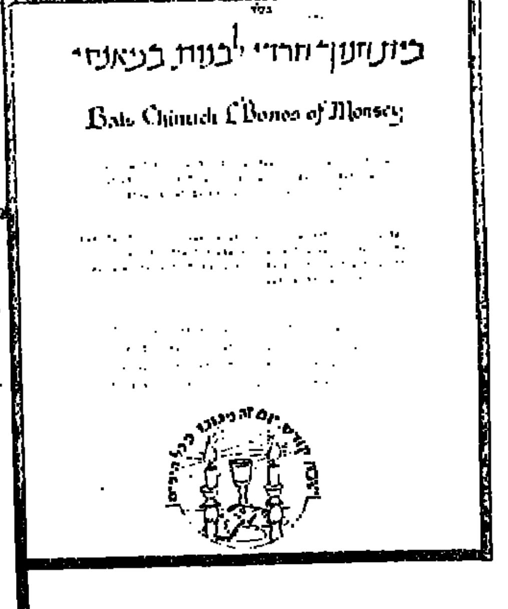
דליה 75127
קראוון 73146
הים האדום 72171
עדי 76151

כוכב אחד
בלו סקיי קראוון 73953
הדקל 73191
מפרץ השמש 73105

התקשר כבר היום ישירות למלון שבחרת או אל סוכן הנסיעות, והבטח לעצמך מקום לחופשת קיץ נפלאה.

לוח זמנים מתוגבר – 15 טיסות ביום!
לאילת עם ארקיע ב-55 דקות
מרכז הזמנות תל-אביב: 03-5412222; ירושלים: 02-234855; חיפה: 04-643371; נתניה: 053-340734

חוברת צביעה לילדים הלומדים במוסדות סאטמאר ובה ד"ס החקלאות האסורות בשנה.



(המשך מן העמוד הקודם)

איד". אבל מי שצריך לקידום עסקיו – קונה אפילו את וול סטריט ג'ורנל. ויש קלטות של רבנים. וקלטות חינוכיות של לימודי קודש.

טוהר

שלמה'לה בן החמש התחיל ללמוד חומש בחדר. נו, יופי. אז אתה כבר יודע כיצד נברא העולם, אני אומרת לו. לא, לא, אומרת אמו, הילדים הקטנים לא לומדים בראשית, הם מתחילים בספר ויקרא. למה? כי שם מסופר על הקורבנות בבית המקדש. ילדים טהורים לומדים על דברים טהורים. ספר בראשית, על כל הסיפורים המקסימים שלו, יחכה לשלמה'לה עוד הרבה זמן.

צאנה וראנה

לאן הערב? לחתונה, לסעודת שבע ברכות, להרצאה של רבנית. כל מקום כשר להצגת שמלה חדשה, פאה יפה, תכשיטים. רק כפות הידיים מסגירות את עבודות הבית הרבות, את לישת החלות לשבת. הציפורניים קצוצות, בלי לכה, כדי שלא יפריעו לטבילה במקווה. אין טבעות. אבל יש הרבה עגילי יהלומים. שרשרות זהב כבדות. החתן מעניק לכלתו תכשיט זהב ויהלומים – על פי רוב עגילים – בבוקר שלמחרת החתונה, כדי לנחם אותה, לאחר שאמה וחמותה מגלחות את שיער ראשה.

נוסעים

העיקרון: כמה שפחות להזדקק לתחבורה של גויים. ברכבת התחתית – מוכרחים, מוניות – החברות הן ישראליות – "אל-על", "אביב" והנהגים חובשי כיפה. מה לא עושים למען הפרנסה. ואוטובוסים – חברה פרטית ליהודים בלבד. יש אוטובוס "ביקור חולים", הסובב בין כל בתי החולים בניו-יורק והנסיעה בו היא חינם – למען מצוות ביקור חולים. יש לו תחנות קבועות ורבים מאד המשתמשים בו. ויש מיניבוס הנוסע אחת לשעה, עד שש בערב, בין השכונות החרדיות לשכונות הפחות חרדיות, כולל חב"ד.

ויש אוטובוס הנוסע בין בורו-פארק לוויליאמסבורג – שתי שכונות בברוקלין המאוכלסות יהודים חרדים: מחציתו הקדמית של האוטובוס מיועדת לגברים בלבד ומחציתו האחורית לנשים. נשים יכולות לעלות לאוטובוס בדלת הקדמית, אך חייבות לרדת באחורית. גברים יורדים בדלת הקדמית. נסעתי מוויליאמסבורג לבורו פארק, בשעה שמספר הנשים היה רב מבין הגברים. הנשים הצטופפו ועמדו, כעוד בחלק הגברים של האוטובוס היו מקומות ישיבה ריקים. לא [illegible] מלה אחת של התמרמרות.

ויש אוטובוס הנוסע משכונותיה החרדיות של ברוקלין לעיירות החרדיות מונסי ומונרו, מהלך כשעה וחצי, שעתיים: לכל אורכו של האוטובוס משתלשל וילון עבה, שחור, אטום. מצידו האחד של הוילון, בכסאות שמאחרי הנהג, יושבות נשים בלבד: מצידו האחר – גברים בלבד. נסעתי למונסי, מתבוננת בנוף בחלון שלשמאלי בלבד, מתה לדעת איך נראים הטיפוסים שיושבים לימיני, מעבר לוילון. מעולם לא השתוקקתי עד כדי כך לראות גברים.

עד ההריון הבא

קיילה ילדה עתה את בנה השביעי. היא על כף התמוטטות עצבים. אין לה משפחה שתעזור לה. כל השכונה נחלצת לעזרתה. לוקחים ממנה את הילדים מדי פעם. שתנוח. עכשיו הוחלט ומי? מי החליט? שבעלה ילך לרב וישאל, אולי מותר לה לנוח שלוש ארבע שנים עד ההריון הבא. (למה? למה רק לנוח? לבה לא לגמור עם זה לגמרי?). אולי הרב יסכים. (ואם לא – מה אז?). הרב מעל לכל. פרו ורבו מעל לכל. השאלות שייכות לעולם החילוני. הן נשארות לי בתוך הסוגריים.

(המשך בעמוד 24)

מילון שימושי קצר

העולם
כהזמנה לחתונה צויין שהאירוע יתחיל ב-6. איפה האנשים? שאלתי את ביילה-שרה בשש וחצי. העולם אף פעם לא בא מוקדם כל כך, אמרה ביילה-שרה. אבל העולם יגיע, אל תדאגי, העולם אוהב חתונות.

הזמן
"שרה-ביילה ואברום מוישה יבואו אלינו מחר, שעה אחרי הזמן", בישרה אֶתל, לאחר שיחת טלפון של יום ששי בצהריים. שעה אחרי איזה זמן? שאלתי. אחרי הזמן, היא אמרה. ובכל זאת, אמרתי. הזמן מחר הוא 9.30 בערב, כי זמן הדלקת נרות הערב הוא בשעה 8.30. כלומר, הם יגיעו ב-10.30. פשוט מאד.

שַלָשִידָס
שעה לפני הזמן (ע"ע קודם) אוכלים שַלָשִידָס (שיבוש של "שלוש סעודות"). רק הנשים. הגברים אוכלים את זה בבית הכנסת. הסעודה השלישית של שבת. סעודה חגיגה. סופסוף ארוחה חלבית. ואת מקום הגפילטע פיש תופס הלקס.

אה-מחייה
קיילה בבית היולדות. אֶתל מביאה לה עוגיות. קיילה מפונקת, לא אוהבת את העוגיות האלה. מילא, אומרת לה אֶתל, תתני את זה לאחות הראשונה שתכנס אליך. אם זו תהיה יהודיה – היא תברך על כך ואת תזכי במצווה, ואם זו תהיה גויה – זה יהיה לה אה-מחייה וגם כן תזכי במצווה.

מוקצה
במוצאי היום הראשון של שבועות נסתבר שאני, כמי שבאה מישראל וחוזרת לשם בקרוב, סיימתי את החג. היום-טוב השני של שבועות הוא רק לאלה החיים בגולה. יופי, התפעלה רוחי בת ה-10, את יכולה כבר לגעת במוקצה. מה למשל, אמרתי. נורא קר כאן, היא אמרה. אז לסגור את המזגן? שאלתי. היא חייכה: אני לא יכולה להגיד לך מה לעשות. סגרתי. גם זה אה-מחייה.

וואשען
"אפשר כבר ללכת וואשען" – משפט המפתח לפני כל ארוחה המכילה לחם. נטילת ידיים, בעברית פשוטה. במקום "בואו לאכול", או "אפשר לגשת לשולחן", שאומרים אצלנו. ובין ברכת "על נטילת ידיים" ועד אחרי ברכת "המוציא לחם מן הארץ", אסור להוציא הגה מן הפה.

ערב שבת. הילדים, שעד לפני רגע חרעישו, עשו וואשען והם יושבים עכשיו דמומים לשולחן, מחכים לפרוסת החלה מידי אביהם. ועד שהוא אינו מושיט להם את הפרוסה, יש שקט נהדר ליד השולחן. ושוב: גם זה סוג של אה-מחייה.

גוי
אנחנו מנסים להעלות חבילה כבדה מאד במדרגות. לא מצליחים. חכו, אומרת צירל, אלך לראות אם הגוי בבית. הגוי הוא השכן. הגוי הוא איש חזק? אני שואלת. צירל תמהה על שאלתי: גוי הוא גוי, היא אומרת, לגוי אין שכל, לגוי יש כוח. אקסיומה. אגב, "הגוי" לא היה בבית ואנחנו הצלחנו בסופו של דבר לגרור את החבילה למעלה.

(המשך מעמוד 22)

מונסי

כמה אלפי משפחות יהודיות דתיות מכל הגוונים חיות בחווילות מפוארות נוסח סביון. ליד כל וילה – מכונית מהודרת. כל המיכשור החשמלי המודרני ביו־תר. עוזרת "גויה". בית־הארחה חרדי עם כתריסר חד־רים מרוהטים בפשטות. סמובר ועוגיות פרווה בלובי הקטן. עשרות בתי כנסת ומוסדות לימוד חרדיים. ילדים קטנים בחליפות שבת כהות, משחקים בכדור. ילדות בשרוול ארוך ובגרביים לבנות, מקפצות מעל רצועת גומי שנמתחת בין שני כסאות. בדיוק כמו בארץ.

אנחנו במונסי לשש־שבת לשבע ברכות. בחדר הסמוך לנו – משפחת החתן ממאה שערים. האם הצעירה מדברת איתנו יידיש והונגרית, אבל עונה בעברית כאשר אנו פונים אליה בעברית. בנותיה הצעירות מתעלמות מפנייתנו אליהן בעברית. רק יידיש, בבקשה.

סוריאליזם

אנחנו חוזרים במוצאי־שבת מן העיירה החרדית מונטי לניו־יורק. בשתיים בלילה אנחנו חולפים בוויליאמסבורג: חופה באמצע הרחוב, חתן־כלה באמצע הלילה, עשרות אורחים מתנועעים בחושך, נרות דולקים בידיהם. טוב, יש רק שלושה אולמות טובים לחתונות ברובע הזה, מסבירה חיה'לה, ויש ברוך השם הרבה חתונות, ואם מזמינים את האולם משעת חצות עד אור הבוקר, זה עולה הרבה פחות, אז מה הבעיה. אין שום בעיה, רק שאם פליני היה ממציא את זה, לא היו מאמינים.

חלות לשבת

מי שלא אכל חלות לשבת, שנאפו ביום ששי בבוקר במטבחה של דודתי אֶתֶל, לא אכל חלות שבת מימיו. ככה זה.

אֶתל אופה חלות, למרות שאפשר להשיג חלות כשרות למהדרין, אך ורק כדי לקיים מצוות הפרשת חלה – אחת משלוש המצוות (יחד עם נידה והדלקת נרות) המיוחדות לנשים. את הבצק שהיא מפרישה היא שורפת באש.

כיבוד אב ואם

מספרת ביילה־שרה: "בחדר של הבנים הקטנים תוזר הרבי יום־יום על המשפט 'אסור לדבר עברית'. שלמה'לה הלשין לו פעם 'אבל אמא שלי מדברת לפעמים עברית'. הרבי ידע שאני הגעתי לאמריקה מישראל ושיש לי גם משפחה בבני־ברק ובכלל, שאני בעלזית ולא סאטמארית, והוא היה מספיק חכם כדי לומר לו 'אסור לדבר עברית, אבל מעל זה עומד איסור חמור יותר: אסור לך לומר לאמך מה לעשות'".

אחת לשבוע מביאים הילדים מן החדר דף מודפס: מה היו הנושאים שנלמדו במשך השבוע ושאלון להורים. בשאלון חייבים ההורים לענות על שאלות כגון – האם הילד אמר להם במשך השבוע 'תודה' ו'בבקשה', האם הוא לא נכנס לתוך דבריהם, האם הוא אמר להם 'שלום, כאשר הוא יצא מהבית. זה נראה לי נורא, שיתוף הפעולה הזה שבין המבוגרים, עד שחזרתי ארצה וניתקלתי בילדים שלי.

יידיש ואנגלית בשלט אופייני לוויליאמסבורג ולבורו פארק.

חתונה

חנה'לה ראתה את חתנה המיועד פעמיים בלבד לפני החופה, אבל היא סומכת על הוריה, שבהרו למענה את הטוב ביותר. היא בת 19, מורה, הוא בן 18, יליד מאה שערים, ירושלים. אומרים שהוא עילוי. נוסף על הוריו ואחיים מאחיו, כאו לחתונה גם שתי הסבתות הירושלמיות שלו: אחת עגלגלת בפאה ובכובע ואחת צנומה וקשוחה למראה, במטפחת שחורה שמכסה אוזניים ומצח. שתיהן אימצו את חנה'לה לליבן בחיבה, כאילו הכירוה זה מכבר. גם הן סומכות על הזיווג.

את טכס החופה מקיימים ליד ביתו של הרֶבֶּה, הרב משה טייטלבאום. לצורך זה יוצאים הכל את אולם החתונה, הולכים כרבע שעה כרגל, גם אוטובוסים עומדים הכן להסעת הקשישים והטף.

ביתו של הרב, בית קומותיים מגודר ובחזיתו עמודים וגרם מדרגות רחב המוביל אל הרחוב, ניצב יחידי בהדרו בין בתי דירות גבוהים. אברכים נכנסים ויוצאים כהולים בדלת הכניסה. החופה על המדרכה, הקהל גולש גם אל הכביש. התנועה נעצרת. הרב הקשיש יוצא רק לרגע קצרצר, מברך את החתן והכלה בברכה הראשונה וחוזר ונבלע בביתו. את שאר הברכות יאמרו קרוביהם המכובדים של הזוג הצעיר.

ועכשיו חוזרים לאולם.

החברָתס של הכלה רוקדות ורוקדות במעגל, כולן לבושות בצניעות מהודרת, פניהן מתוחות, מגלות התרגשות. הריקוד הזה, הנמשך כשעה ואולי יותר, נחשב כפרידה מחנה'לה. עוד מעט היא תהיה אשה. גם תורן יגיע, קרוב לוודאי שלא תצא שנה וכולן תהיינה נשואות. חנה'לה רוקדת בתוך המעגל כסערת נפש. היא מתנשקת עם חברותיה, הן מזילות דמעה, ממשיכות לסובב אותה.

התזמורת מנגנת – אני לא מאמינה, לא מאמינה – את שבולת בשדה ואת סובי סובי ממטרה ואת הרועה הקטנה מן הגיא. אני מתבוננת סביבי. איש בקהל אינו קולט מה בעצם התזמורת מנגנת. הנכרה של הרב מרז' לוחשת לי באוזן "מה דעתך על התזמורת הזאת? נכון שהמנגינות האלה מאד הַיְמִישׁ?" הַיְמִישׁ פירושו ביתי. אבל אני לא מקלקלת לה את השמחה, לא מספרת לה שלפי המנגינות האלה, אני רקדתי בקן בורוכוב. אני גם לא מעזה לגשת לתזמורת ולשאול. לא רוצה מהומה.

בחצות, בתום הסעודה, הלכו הקרואים הביתה. נשארו רק בני המשפחה הקרובים, כמה עשרות אנשים. אנחנו הנשים, שעד עתה חגגנו באולם משלנו, נקראות להיכנס לאולם הגברים, שם הכינו לנו כעין עזרה נפרדת. על כסא בין שני המחנות ניצב בדחן, צעיר בזקן ארוך, ומספר שעה ארוכה בדיחות ביידיש.

עכשיו המיצוה־טאנץ: הגברים של משפחת הכלה והגברים של משפחת החתן, איש איש בתורו – כולם בשטריימלים ובקפוטות שחורות, פיאותיהם משתלשלות לכבוד האירוע עד למטה. מכתפיהם – רוקדים עם חנה'לה. חנה'לה מחזיקה בקצהו של אבנט שהור וארוך ואת קצהו האחר היא מושיטה לקרוביה לפי סדר הקרבות ודרגת הקירבה אליה. לאחר כל ריקוד כזה חוזרת חנה'לה למקומה והגברים רוקדים ריקוד סוער לכבוד. רגע השיא: החתן קם לרקוד עם כלתו. כאן אין צורך באבנט השחור. החתן אוחז בכפות ידיה של חנה'לה. חנה'לה בעיניים כבושות ברצפה, גם חתנה אינו מיישיר אליה מבט. ולאחר כל הריקודים בשלטירתוק, הרגע הזה מרגש ומסעיר ממש.

השעה כבר ארבע וחצי לפנות בוקר. מחוץ לאולם מחכות מוניות. בני הזוג הטריים ניצבים זה לצד זה על המדרגות, מחייכים, מנופפים בידיהם לשלום לכל הקרובים. אחר כך יכנסו גם הם למונית ויסעו לביתם החדש. כל החיים לפניהם. מזל טוב.

פרשת שמות

הרב יואל טייטלבאום, רבם הנערץ על עדת סאטמאר, נפטר לפני שבע שנים.

בכתה של יואל־יצחק, בן שבע, לומדים 27 בנים. רק שלושה מביניהם אינם נקראים בשם יואל. כי להם יש ודאי אב או סב או אח בשם זה, אומר אביו של יואל־יצחק, ספק מסביר לי ספק מתנצל.

סדר יומו של יחזקאל

הוא משכים ב־5.30. ב־6 הוא כבר במקווה – החל מן היום שמלאו לו 13 ועד אחרון ימיו יטבול במקווה יום־יום, קיץ וחורף. ב־6.30 צופר לו ה"סקול־באס" הצהוב (האוטובוס של בית הספר). ב־7 הוא מתחיל ללמוד בישיבה. ב־6 בערב הוא מסיים את לימודיו, חוזר הביתה. אוכל. לומד בבית. הולך לישון ב־10. בימי חמישי הוא יוצא ב־8 בערב ללמוד דף בבית הכנסת, חוזר בחצות.

יחזקאל בן 14.

תהיות

האם יהיה קשר בין ילדי לבין ילדיהם של בני־דודי?
איזה מין קשר יוכל זה להיות?
האם זה תלוי רק בנו?
האם אנו בעיצומו של תהליך התרחקות אלה מאלה?
האם אנחנו והם אותו עם?
מיהו יהודי?

* כל השמות בכתבה שונו לצורך הפירסום.

שרות נאמא

נוצצים בנעלי התעמלות

גם השנה, כבכל שנה, נערך בקאנטרי קלאב במונאקו הנשף הבינלאומי לכבוד אליפות הטניס בחסות "ריבאק" (החברה המפוצצת את שוק נעלי ההתעמלות). גם השנה הגיעו כוכבי הוליווד: שון קונרי, רוג'ר מור, סטפאני פאוארס, ג'ון פורסייט וג'ואן קולינס, צ'רלסטון הסטון, פרנקו נרו, פרנק סינטרה ועוד. הנשף היה נוצץ כפי שציפו ממנו. אין פלא. ■

1.
בני הזוג ברברה ופרנק סינטרה הגישו לריביירה מארה"ב.
2.
ג'ון קרינגטון של "שושלת" עם אלכסיס, האקס שלו, בתצלום חיבה.
3.
סטפאני פאוארס. יפהיפה.
4.
הנסיך האלמן רנייה עדיין שומר על רווקותו.
5.
ג'ואן קולינס, אלכסיס, לא ויתרה על הנשף.

רותי קינן

סלט חצילים פיקאנטי/ יוון

סלט יפהפה המשלב טעמים פיקאנטיים עם הרבה צבע וניחות. הגירסה היוונית של סלט החצילים מוגשת עם יתר מעדני המזה, בתחילת הארוחה. שולט נה טעם השום ומיץ הלימון.

החמרים:
חציל בינוני
2 עגבניות גדולות.
בצל קטן קצוץ דק
2 שיני שום קצוץ דק
2 כפות פטרוסלינון קצוץ
מיץ מלימון שלם (קטן)
2 כפות שמן זית
מלח, פלפל

התכנה:
קולים את החציל על להבה פתוחה ומסירים את קליפתו. אפשר גם להסיר את הקליפה תחילה, לפרוס את החציל לפרוסות עבות ולאדותו עם מעט מאוד מים. אם מאדים במיקרוגל אין צורך להוסיף מים: מניחים את פרוסות החציל בקערה רחבה, מכסים ביריעת פלסטיק מנוקבת ומפעילים ל־8 דקות בעוצמה מירבית. מצננים ומועכים את בשר החציל בממחה.

חותכים את העגבניות לקוביות קטנות מאוד ומוסיפים לחצילים. מוסיפים את הבצל, השום והפטרוסלינון הקצוצים. מתבלים במיץ הלימון, השמן, המלח והפלפל.

חגיגת חצילים

למי שחי בארץ הזאת, אין צורך להציג את החצילים, הם מוכרים כאן כבר מאות ארוכות של שנים והגיעו מהודו ומזרח אסיה.

אצלנו אפשר למצוא אותם בשווקים במשך כל ימות השנה – אך הם נהדרים וזולים במיוחד בקיץ. תשאלו מישהו האמון על מעדני אגן הים התיכון מה אפשר להכין מהם – ותתקלו באין ספור אפשרויות וגיוונים.

החצילים אוהבים כל צורת בישול – טיגון, קלייה, אפייה, אידוי ובישול. בזכות טעמם הנייטראלי למדי הם מוכנים להשתדך עם כל טעם – חריף, פיקאנטי, חמוץ ואפילו – מתוק (שאלו את התורכים על מעדן החצילים הזעירים שלהם או את יוצאי צפון אפריקה על המרקחת המיוחדת שהם מכינים ממנו).

בקיץ נעים במיוחד להתענג על סלטים מגוונים של חצילים. אספנו כאן מטעמים מהמרחב הגיאוגראפי הקרוב -- רובם מטעמים המוגשים אצלנו כמעט בכל מסעדה ואשר, בכל זאת, נעים להזכר בהכנתם גם בבית.

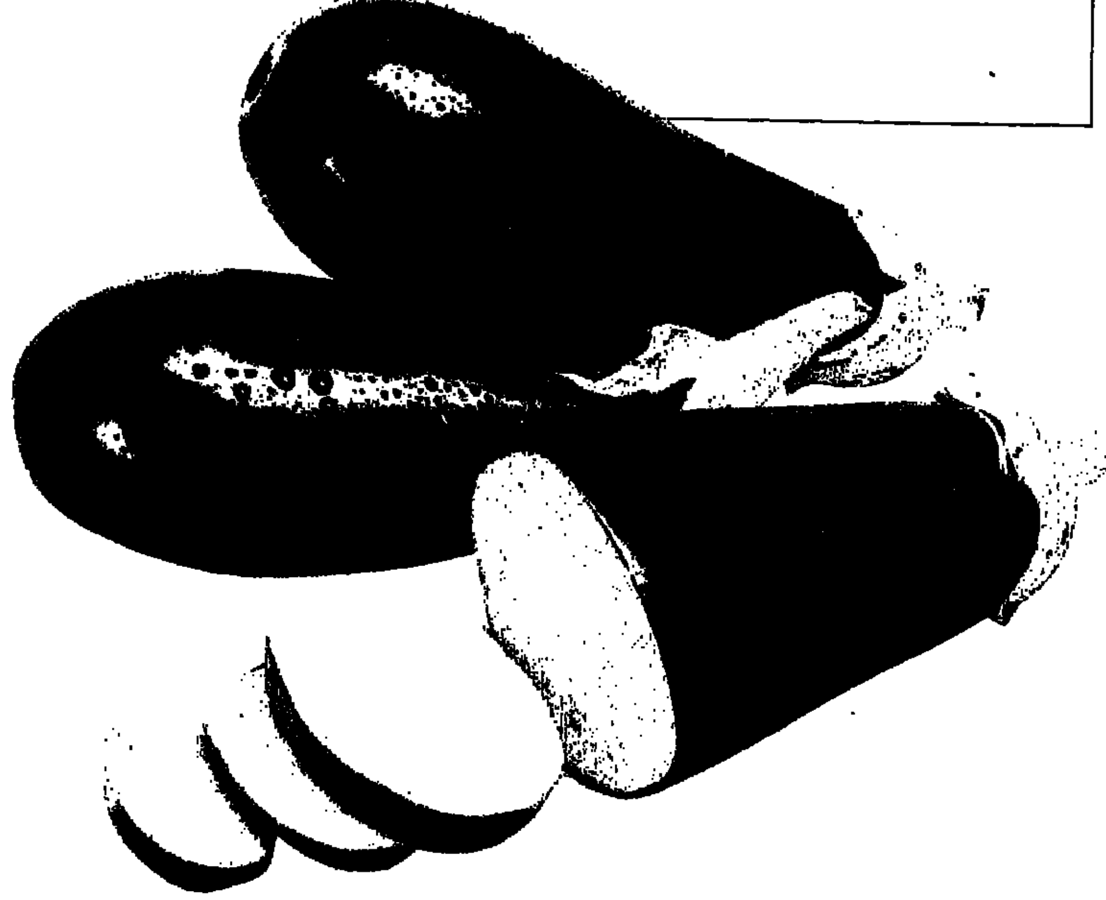
אגב, החצילים נוטים לספוג המון שמן כשמטגנים אותם ועם זאת – זוהי אחת הצורות הטעימות ביותר להכנתם. כדי שהחציל יספוג פחות שמן, כדאי לטגנו בעטיפת בצק או כשהוא טבול בקמח. לפני הטיגון כדאי להוציא ממנו את הנוזלים, על ידי בזיקת מלח והשהיית החציל לכ־20 דקות. שוטפים היטב ומספיגים על מגבות נייר. אם יש לכם מכשיר מיקרוגל, תגלו שאפשר "לטגן" בו חצילים עם מעט מאוד שמן ולהשיג תוצאות נפלאות.

ממרח חצילים מחובל/ ארצות הבלקן

ממרח חצילים הוא מעדן שקשה לעמוד בפניו. התיבול המגוון נע ממיץ לימון ושמן ועד למיונית או טחינה, בהתאם לטעם.

החומרים:
3 חצילים בינוניים
2 שיני שום
מלח, פלפל
מיץ מחצי לימון
שמן זית

ההכנה:
שוטפים היטב את החציל וקולים אותו על אש פתוחה עד שהקליפה חרוכה וניתנת להסרה בקלות. מצננים, שוטפים תחת זרם מים ומסירים את הקליפה.



איורים: שאול צנה.

חצילים מטוגנים. בצרפת מוסיפים להם פטריות

החומרים:
2 חצילי בינוניים
בצל גדול
שמן זית (או אחר)
4 ביצים קשות
מלח, פלפל
כפית טראגון יבש

ההכנה:
קולפים את החצילים ופורסים לפרוסות. ממליחים ומניחים לכ־30 דקות להוצאת הנוזלים. שוטפים את החצילים ומייבשים אותם היטב על מגבות נייר. חותכים לקוביות קטנות.
קוצצים את הבצל ומטגנים אותו בשמן עד שמזהיב קלות. (במיקרוגל: מניחים את הבצל עם 2 כפות שמן בקערה גדולה.

ממרח חצילים, מוסיפים תוספות ומתבלים לפי הטעם

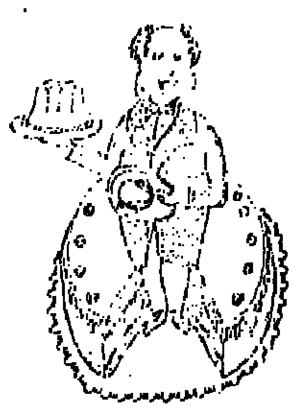
מפעילים ל־6 דקות, למיקרוגל בעל עוצמה של 700 וואט).
מוסיפים למחבת (או לקערה במיקרוגל) את קוביות החצילים. מוסיפים עוד שמן (במיקרוגל – לא צריך) ומטגנים, תוך בחישה תכופה, עד שהחצילים מתרככים, כ־20 דקות. (במיקרוגל – מוסיפים את קוביות החצילים, מבשלים 8 דקות. בוחשים פעמיים במהלך הבישול. אם יש צורך – ממשיכים לבשל עוד שתי דקות). מצננים את תערובת החצילים. מניחים אותם בממחה, במעבד מזון או במטחנת בשר. טוחנים, ביחד עם הביצים הקשות, לממרח חלק. מתבלים במלח, פלפל וטראגון.

חצילים בטעם כבד

לממרח הזה, שאפשר להכינו במחבת רגילה, כדאי להשתמש במיקרוגל, אם יש. היתרון הבולט של מכשיר המיקרוגל הוא בחיסכון ניכר של שמן להכנת הממרח ובצבע וטעם מעודנים יותר של התוצאה הסופית.

החומרים:
2 חצילים בינוניים או אחד גדול
מלח
בצל בינוני
100 ג' פטריות טריות או משומרות, מסוננות
שמן (רצוי זית)
⅓ כוס קמח
פלפל שחור
מיץ לימון
פטרוסלינון קצוץ

ההכנה:
שוטפים את החצילים היטב, מסירים את העוקץ ופורסים לפרוסות בעובי של כחצי ס"מ. בוזקים על הפרוסות מלח ומשהים בצד לכ־20 דקות.



בינתיים מחממים שמן במחבת ומטגנים בו את הבצל והפיטריות. מוציאים בכף מחוררת ומניחים בצד.
שוטפים את פרוסות החצילים ומייבשים אותן היטב. טובלים כל פרוסה בקמח ומטגנים בשמן עד שהפרוסות זהובות מכל הצדדים. מעבירים את הפרוסות לצלחת הגשה ומסדרים בצורה נאה.
בוזקים עליהן את הפטריות והבצל המטוגנים, מעט פלפל ומיץ לימון, לפי הטעם. לבסוף בוזקים את הפטרוסלינון הקצוץ.

חצילים מטוגנים/ צרפת

המטבח הצרפתי הפרובנסאלי משופע במתכוני חצילים. זוהי רק אחת הדוגמאות למה שהוא מציע.

מניחים לחציל לעמוד מספר דקות ושופכים את הנוזלים שהצטברו. מועכים את החציל למחית חלקה. מתבלים במלח, פלפל, שום, מיץ לימון ושמן זית.

גיוונים:
במקום שמן, מוסיפים 3 כפות מיונית או ⅓ כוס טחינה מוכנה, עם הרבה מאוד פטרוסלינון.
הרומנים אוהבים להגיש את ממרח החצילים בתוספת כמות גדולה של בצל קצוץ דק, שממנו מניח כל סועד על מנתו, לפי טעמו.

שפים ופירות הארץ

מפעלים תעשייתיים המעוניינים בהעלאת קרן תוצרתם, הולכים על גדול. כך, לפחות, עושה מפעל תלמה, שהוא הראשון להכריז על שיתוף פעולה עם איגוד השפים הישראלים, במטרה לזכות בתועלת הדדית. המפעל, כך נמסר, ישפר את תוצרתו ואילו השפים יזכו לתמיכת המפעל בפעולתם.
את תחילת שיתוף הפעולה הזה חגגו על ארוחה המבוססת על תנובת הארץ. השף גד פלם הגיש בה מעדנים המבוססים על פירות וירקות טריים. אחת המנות שהוגשו – מוגשת גם לכם.

דג סול ברוטב מנגו

החומרים (כ־6 מנות):
6 נתחי דג סול
בצל, קצוץ דק
25 ג' מרגרינה
120 ג' תרד טחון
קורט אגוז מוסקט
מלח, פלפל לבן
שן שום כתושה
25 ג' צנוברים
100 ג' פטריות פרוסות
⅓–½ כוס יין לבן
ביצה
לרוטב:
2 מנגו
כף ורמוט
כף ברנדי

ההכנה:
שוטפים את נתחי הסול ומספיגים על מגבות נייר.
מטגנים את הבצל במרגרינה עד שהוא מזהיב קלות. מוסיפים את התרד הטחון וממשיכי לטגן תוך בחישה. מתבלים באגוז המוסקט, המלח, הפלפל והשום. מוסיפים את הצנוברים, הפיטריות והיין וממשיכים לבחוש, על להבה נמוכה עד שמתקבלת תערובת סמיכה למדי. מסירים מהלהבה, מצננים מעט ומוסיפים את הביצה.
מורחים מהמלית על כל אחד מנתחי הסול ומגלגלים לגלילה. מניחים את הגלילות זו לצד זו בתבנית ואופים בחום בינוני (180 מעלות) כ־20 דקות.
בינתיים, מרסקים את חומרי הרוטב למחית אחידה. יוצקים מהמחית על צלחת ומניחים עליה את גלילי הסול.

דג ברוטב מנגו. שפים מבשלים עם פירות הארץ.

אשף עול'מי
מ"חנובה" ל"הלנס"

על המסעדה הממוקמת בפינה טובה בעיר – בקרן הרחובות פרישמן והירקון – אפשר, כך נדמה, לקרוא את כל התהפוכות שעברו על החברה הישראלית ב־40 השנה האחרונות: היא החלה כפאב אנגלי בימי המנדאט, הפכה ל"חנובה" בימיה הראשונים של המדינה, אחר כך קראו לה "קלוודוס" ולאחר מכן – פינת הגולאש. עכשיו החליטו בעליה, שמואל והלן צוקרמן, להסב את שמה ל"הלנס" ברוח הזמן והתקופה. שמואל, שאת שנות המלחמה עשה בגטו וארשה, ואשתו, מחזיקים במסעדה מזה 30 שנה. שמואל טוען, כי עוד בימי הרעב בגטו נשבע, שאם יצא חי מהמלחמה יפתח מסעדה, כדי שלא יצטרך לסבול עוד רעב לעולם – הוא ואורחי מסעדתו.
בשל הקירבה הגיאוגראפית לבית מפלגת העבודה, נמנו בין האורחים במשך השנים הצמרת הפוליטית של המדינה – פנחס ספיר, לוי אשכול, משה דיין וגולדה מאיר ז"ל ויבדלו לחיים ארוכים – גם חיים בר־לב, חנה זמר ואחרים.
הלן היא המנצחת על המטבח שעובדים בו היום גם הילדים והחתנים, ומטבחה מצטיין בגיוון נהדר של מתכונים – החל בסלטים מצויינים בסגנון מזרחי וים תיכוני, דרך דגים ואומצות בסגנון צרפתי וכלה במטעמים מזרח אירופים מבית אבא־אמא, כמו הקוגל שטעמנו אצלה.

הקוגל של הלן

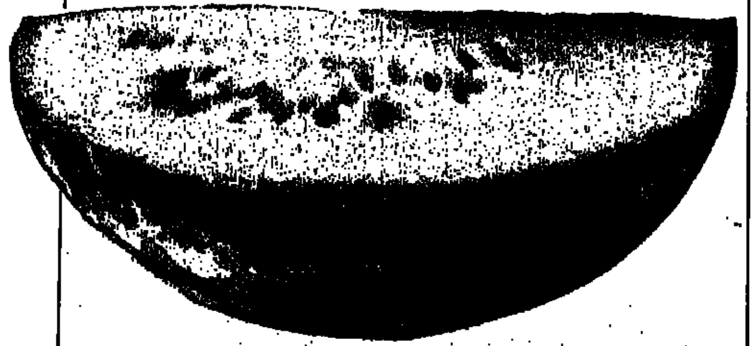
חומרים:
250 ג' איטריות רחבות, מבושלות
100 ג' מרגרינה
תפוח עץ חמצמץ, מגורר
50 ג' צימוקים
50 ג' אגוזים קצוצים
קורט קינמון
½ כוס סוכר
מיץ מ–½ לימון
4 ביצים

התכנה:
מסננים את האיטריות היטב ממי הבישול. מערבבים עם כל יתר החומרים ושוטחים בתבנית משומנת (בגודל 40/25 ס"מ בערך).
אופים בחום בינוני (180 מעלות) כ־50 דקות.

חדש
אבטיח צהוב

אבטיח צהוב חדש בארץ. אבטיח בטעם אבטיח שנולד ביפאן ומגדלים אותו במושב יודפת בגליל והוא גדל בעמק בית נטופה באדמה ללא חומרים כימיים, וטעמו כמו משהו מהטבע.
הוא פחות מתוק מהאדום ויותר דיאטה. ביודפת מגדלים גם תירסים ביולוגיים נפלאים בטעם תירס ומלונים, ועל הפירות האלה יש תוויות מיוחדות שמעידות שהם ביו־אורגניים.
חפשו אותם ברשת השיווק של "קו־אופ". שתי חברות קטנות באיזור המרכז: "אור־גני" ו"אסיף" יביאו אותם אליכם הביתה. נכון שהם יקרים ב־20 אחוז מהרגילים וזה בגלל עלות הזבל האורגני, אבל אין בפרי פחת ואין גושים ספוגיים. זהו אבטיח טעים וקומפקטי. ■

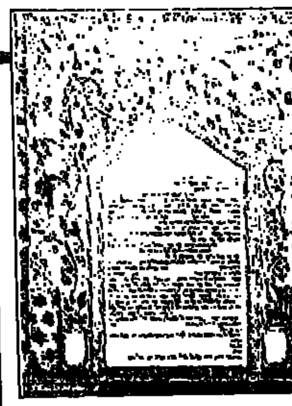
נילי פרידלנדר



צילום: שמואל רחמני.

רעיון

כתובה לפי הזמנה



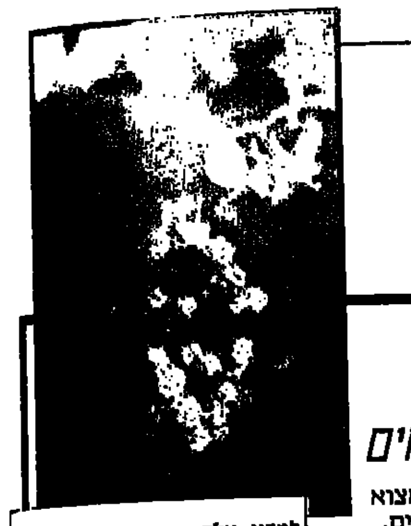
אדין הלטר בא לארץ כמתנדב, התאהב באסנת דרור, בת קיבוץ מעגן מיכאל, והשניים חיים עכשיו עם בנותיהם בפרדס חנה. אסנת, קרמיקאית מעולה, וארדין, בן 32, לא הפסיק לצייר מאז שהציג תערוכות יחיד בלונדון כבר בגיל 9 ובגיל 12.

ארדין, בן לניצולי שואה ובוגר קיימברידג' זכה לפני אחת־עשרה שנה במענק מיוחד ללימוד פסיפסים ודגמים איסלאמיים באיראן ובאפגניסטן. את מה שראה ולמד שם הוא מנצל עכשיו לעיטור כתובות מיוחדות שהוא מכין לחתן וכלה, לפי הזמנה מיוחדת. לאחר שהציג בארץ תערוכות יחיד בגלריה הוראס ריכטר ביפו ובמשכן לאמנות בעין חרוד, הוא ממשיך עכשיו לצייר פורטרטים יפהפים ובעיקר את בנותיו.

הרעיון לעיטור כתובות לפי הזמנה בא לו במקרה. העיטורים לקוחים ממוטיבים של בתי הכנסת במזרח אירופה או מוטיבים מארצות מזרח, כמו האריות מכורדיסטאן הפרסית. אפשר כמובן להתאים את אופי הכתובה למוצא של החתן והכלה. את הדוגמאות אפשר לראות בגלריה הוראס ריכטר ביפו העתיקה או בפרדס חנה. ניתן להתקשר למשפחת הלטר בטלפון 06־373058. מומלץ כמתנת חתונה מיוחדת מאוד. ■

ספר

אהבוך גם הפרחים



למדני, אלוהי, ברך והתפלל
על סוד עלה קמל, על נגה פרי בשל,
על החרות הזאת: לראות, לחוש, לנשום,
לדעת, לייחל, להכשל

בספרית "מעריב" תוכלו למצוא ספר חדש עם צילומי פרחים.

האלבום "אהבוך גם הפרחים", מביא שירים של טובי המשוררים בארץ, שהותאמו לצילומי פרחים של שי גינות, הצלמת של רשות שמורות הטבע. כשרואים את יופיים של הפרחים שוכחים כמה מאמץ וסבלנות צריך צלם, כדי להגיע לתוצאות טובות בטבע. שי היא צלמת הטבע היחידה שעובדת היום בשטחים הפתוחים, בכל הארץ. זה מחייב שהייה ממושכת בשדות הפתוחים, בהרים ומעל מצוקי הנחלים בשעות הבוקר המוקדמות או בשעות אחה"צ המאוחרות. "לא טוב לבחורה להסתובב לבד", אומרים חבריה לעבודה, פקחי הרשות ש"מזעיקים" אותה כל פעם לצלם בשטח, ודואגים גם לאבטח אותה בשדות. עם חברים כאלה, שהם גם אנשי המודיעין וגם האבטחה, אין פלא שהיא הצלמת היחידה המגיעה כיום אל תופעות הטבע היפות ביותר בארץ.

עם צאת אלבום התמונות הראשון שלה, איך ברך אותה חבר לעבודה?

"שי", קרא לה מחלון הג'יפ, "אהבוך גם הפרחים!" ■

OPTICA 6:6
אופטיקה ואופנה במסגרת אחת
באופטיקה 6:6
עדשות מגע רכות וקשות
עדשות מגע לספורטאים וצוללנים
עדשות משקפיים מיוחדות לבעלי מספר גבוה.
בלעדי לאופטיקה 6:6
משקפי שחייה מיוחדים
על כל רכישה – שי אופנתי.
אופטיקה 6:6
דיזנגוף 189 תל־אביב
טלפון 03־230354
1987

ברכות חדרך
"אלפי"
רוטשילד 14, בת־ים, טל' 591319
ציוד, כלי עבודה וספרים לבתי ספר מקצועיים

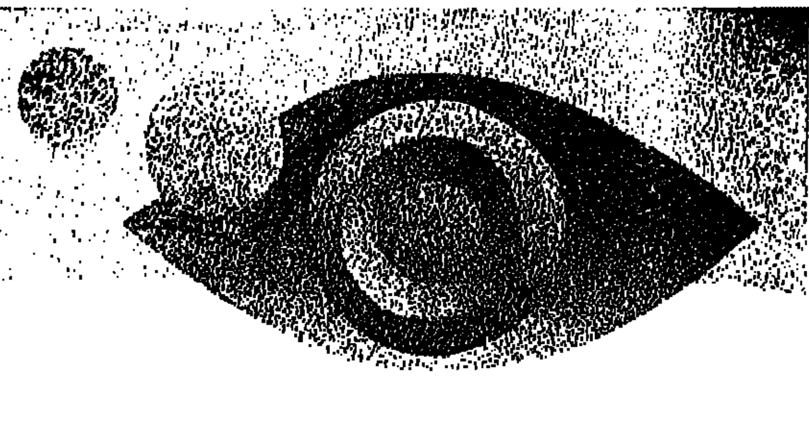
לאלפי
ברכות לבביות לרגל פתיחת הצגות החדשה
מאת שחף – ציוד משרדי ומכשירי כתיבה,
שווק והספקה בסיטונות
רח' העבודה 3 אזור התעשיה בת־ים
טל. 5515282

לאלפי
ברכות חמות
מאת
אלפנדרי A.S. יבוא ושיווק צעצועים
הסחון והסבאום 29, א. התעשיה בת־ים. טל' 5512452

לאלפי
עלה והצלח
ענבל – מוצרי טוב צעצועים מוסטרים ומתנות לקראת חלימודים מעטפות מדבקות למחברות ותמונה תלמיד ממיטב הלהיטים והזמרים
טל. 03־9613066

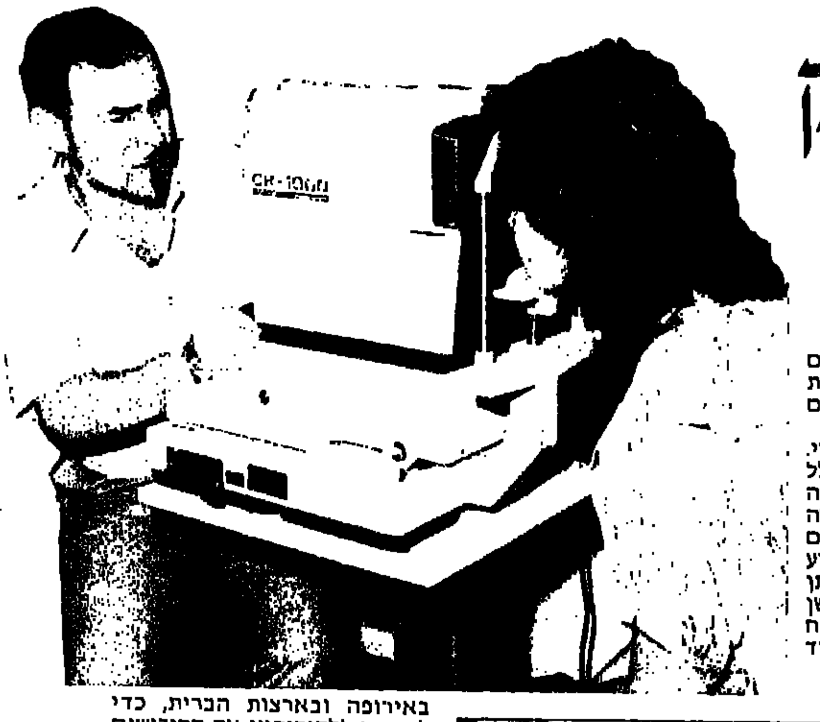
לישראל ואהובה
ברכות ושגשוג
לרגל פתיחת הצגת "אלפי"
מאת: רפפורט מנחם – סוכנות לבטוח
רח' הנקין 54 חולון טל. 03־845245

אופטיקה



עדשות במגע הדוק

מאת: שושי שמיר



"טיפול המשך" – הבטיח להצלחה בהרכבת עדשות מגע

קיימים תהליכים מפריעים העלולים להתפתח בעין כתוצאה מהרכבת עדשות מגע, שהלקוח אינו חש בהם בתחילתם. כאשר יבחין בבעייה יתכן שתגיע כבר לשלב מפותח למדי. קיימת אפשרות שלא ניתן יהיה כלל להרכיב עדשות מגע ללקוח כזה בעתיד, משום שהעין פיתחה אלרגיה לעדשה או לחומרים השונים בהם משתמשים לטיפולה. אפשר למנוע תופעות אלה אם מאתרים אותן במועד, ומסיבה זו רואה אבן־שושן את הקשר בינו לבין הלקוח כחוזה־פיקוח מתמיד – כל עוד הלקוח מרכיב עדשות, כמובן.

העיניים אינן נושא למסחר

בתקופה האחרונה מסתמנת תופעה מוזרה – מקצוע האופטיקה, שהיה בעבר תחום פרה־רפואי מקצועי לחלוטין, הפך לעיסוק מסחרי: אנו רואים שוב ושוב במודעות של אופטיקאים, אופטומטריסטים ואחרים, המעניקים – מי יותר ומי פחות – הנחות של 50 אחוזים על המוצרים. עד היום לא שמענו כל תגובה של גוף מקצועי לתופעה המכוסחרת הזאת. משקפי ראייה ועדשות מגע הם אמצעים לשיפור הראייה. הם נוגעים לאחד האברים הרגישים והעדינים ביותר בגופנו ועל כן יש לצפות שגורמים מוסמכים – ומשרד הבריאות בכללם – יבדקו הלכה למעשה מה בדיוק מציעים נותני ההנחות והאם המכשירים הנמכרים במחירים כאלה אין בהם סכנה.

אפרים מגן
תל־אביב

ידיעות אחרונות

עדשות מגע הינן תכשיר המתערב בפעילות הגוף כמעט כאיבר מושתל, ועל־כן הן משפיעות על התהליכים הטבעיים של העין ומושפעות מהם: רגישות העין, חילוף החומרים שלה, מידת החמצן שהעין זקוקה לה, וכדומה. בעת התאמתן של עדשות מגע יש להתחשב בכל המשתנים האינדיבידואליים המשפיעים על קליטתן, ואין כל אפשרות לטיפול סטנדרטי.

"יש לך זוג עיניים אחד לכל החיים"

אומר ראובן אבן־שושן, מרצה במכללה לאופטומטריה, ומנהל מכון זה – מרכז עדשות מגע בתל־אביב. "מאחר שאין לנו עיניים רזרביות", הוא מוסיף, "יש להקפיד להתאים את העדשות לעיניים ולא להיפך. לאדם העוסק בתחום זה באופן מקצועי ברור לחלוטין שאי אפשר, למשל, לערוך הסכם עם מפעל כלשהו לייצור עדשות מגע ולעבוד רק איתו – משום שאין סוג אחד של עדשות המתאים לכל הפציינטים".

הפרסומים היוצאים חדשות לבקרים ומציעים לציבור עדשות מגע מסוג מסויים או פיתויים של מחיר זול, מתעלמים למעשה משני העקרונות החשובים ביותר העומדים בבסיס הטיפול המקצועי בעדשות מגע: התאמתה האינדיבידואלית, והצורך בטיפול המשכי. "כאשר מכון פונה אל הקהל בהצעות מסוג זה – עליו להיות ערוך גם לטיפול המתאים", אומר אבן־שושן. "קיים זמן טיפול ידוע, ואם אני יודע, למשל, שאני יכול לטפל ב־30 פציינטים ביום באופן אופטימלי, וכתוצאה מפרסום מפתה יגיעו אלי 50 פציינטים ביום – הטיפול ייפגע. מי שיפסיד יהיה הלקוח".

מאחר שרוב הציבור אינו מתמצא בנושא, הוא מתייחס אל עדשות מגע כאל משקפים, וסבור שדי בבדיקת ראייה והתקנת העדשות. אם לאחר התקנת העדשה בעיניו הוא אינו חש אי־נוחות – נדמה לו שאין עוד צורך בקשר עם האופטומטריסט.

התפיסה שכל לקוח אחראי על הטיפול מנחה את מכוני מרכז עדשות מגע כאשר הם מדריכים את הלקוחות שלהם. "אין לי שליטה על מה שהפציינט עושה בבית", אומר דוד גייכמן, מנהל המכון בחולון, ומרצה במכללה לאופטומטריה. "לכן עלי לספק לו את כל הכלים כדי שיוכל להגיב על תקלות שונות גם אם אין לו אפשרות להגיע או להתקשר אל האופטומטריסט בזמן שמתעוררת בעייה כלשהי. חשוב שהפציינט ידע איזה סוג עדשות מגע הותאמו לו, כמה זמן הן עתידות לשמש אותו, באיזו תדירות עליו לבוא אל האופטומטריסט לביקורת. **ובעיקר חשוב לדעת שלכל תופעה בעין שמאתרים במועד – יש תיקון!"**

למרות שפיתוח העדשות נוטה כיום ליצירת עדשות קשות "נושמות", שאינן מושפעות מתהליכים פיזיולוגיים המתרחשים בעין, ולכן אף מוקטן הסיכוי לתופעות לוואי ולאלרגיות כמעט לאפס, נוטים הלקוחות להשתמש בעדשות רכות.

ההסתגלות לעדשות מגע רכות היא אומנם קלה יותר בתחילה, אולם יש לזכור שהטיפול בהן חייב להיות קפדני הרבה יותר, בגלל תופעות הלוואי הצפויות. יש להיזהר מקשר עם מכונים שאינם מציעים קשר טיפולי מתמשך עם הלקוח, ומסתפקים בהתאמת עדשות המגע בלבד.

התעדכנות מתמדת ועבודות מחקר

אומר ראובן אבן־שושן: "לדעתי, העיסוק במחקר חייב להיות חלק בלתי נפרד מהעיסוק בהתאמת עדשות מגע. קיימת התפתחות מהירה וגדולה מאוד בשטח זה, הן בחומרים והן בשיטות, והתעדכנות מתמדת הינה הכרחית. לכן אנו עורכים, בשלושת המכונים השייכים לרשת C.L.C, עבודות מחקר ובדיקות קפדניות לכל עדשה או שיטת התאמה חדשה המגיעה אלינו, ומשתתפים בכינוסים בין־לאומיים באירופה ובארצות הברית, כדי להעביר ללקוחותינו את החידושים והידע המצטבר בשטח עדשות־מגע בעולם. כחוקר קליני של אחת החברות היצרניות המתקדמות בארץ, פיתחנו שיטת התאמה ושימוש בעדשות־מגע, שהיום מתחילה להיות מקובלת במקומות רבים בעולם".

אורית שדמון, מנהלת המכון ברעננה, מוסיפה כי "יש לקחת בחשבון גם את התנאים האקלימיים בארץ ואת הייחודיות של הפציינט הישראלי. שני גורמים אלה הם חלק בלתי נפרד מעבודת התאמת העדשות, ולאספקט זה של עבודתנו משמעות רבה בתוצאות הסופיות. רצון, סבלנות וזמן, הם שלושת המרכיבים שכל פציינט חייב להצטייד בהם כדי להצליח במשימה".

**מכוני C.L.C מחלקת הסברה:
למידע נוסף או הסברים כלשהם בנושא עדשות מגע והתאמתן, נא לפנות בכתב ל־:
מרכז עדשות מגע C.L.C
מחלקת הסברה
ת.ד. 4491 ת"א
או ת.ד. 2074 חולון
או רח' חנקין 4, רעננה.**

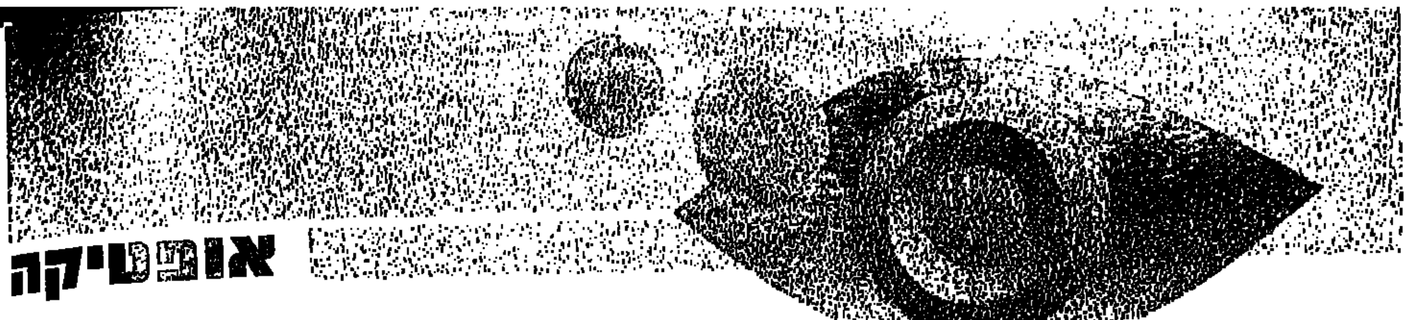
מכוני CLC – מרכז עדשות מגע

למרכז עדשות מגע שלושה מכונים, המנוהלים על ידי אופטומטריסטים מורשים מטעם משרד הבריאות:

★ תל־אביב – רח' שניאור 7, טל. 03־290220/1, בהנהלת ראובן אבן־שושן, מרצה במכללה לאופטומטריה.

★ חולון – רח' סוקולוב 62, קומה א', טל. 03־843258, 03־595040, בהנהלת דוד גייכמן, מרצה במכללה לאופטומטריה.

★ רעננה – רח' חנקין 4, טל. 052־26263, בהנהלת אורית שדמון, אופטומטריסטית בכירה.



הסתדרות האופטומטריסטים בישראל

מקצועיות עם תעודות

מאת: חנה אקרמן

בישראל, בראשית שנות החמישים, ניתן הטיפול בעיניים בשני מישורים: הרפואי – על ידי רופאי עיניים וכן על ידי רופאים מומחים בתחומים אחרים, שחוק ההתמחות הרפואית בתחום העיניים שעבר בכנסת באותה תקופה איפשר להם לעסוק בנושא, ללא התמחות מלאה מתאימה, והאופטי – על־ידי אופטיקאים – שעיקר עבודתם טכנית – ביצוע משקפיים על־פי מירשם רפואי, אולם ללא איסוף וניתוח נתונים של הפציינט.

קבוצת עולם חדשים מארצות דוברות אנגלית שמה לה למטרה להעלות את רמת המקצוע בארץ, ויסדה ב־1951 את הסתדרות האופטומטריסטים בישראל. "משרד הבריאות גילה עויינות כלפי הנושא ותמך בעמדת רופאי העיניים שטענו לזכותם לעסוק בתחום זה באופן בלעדי", מספר אורי כהן, יו"ר הסתדרות האופטומטריסטים בישראל. תופעה נוספת שהתעוררה - בהעדר חוק האופטומטריה הכריזו על עצמם אופטיקאים כעל אופטומטריסטים, והחלו להציע שירות בתחום אותו לא למדו כלל. רמת הטיפול לה זוכה הלקוח נפגעה מאוד, ללא ידיעתו וללא כל אפשרות שלו לדעת למי הוא פונה, בטרם יפול בפח.

מקצוע האופטומטריה נפרץ והפך לשוק. רוב האופטיקאים והאופטומטריסטים מאוגדים בשלושה גופים: התאחדות האופטיקאים והאופטומטריסטים, איגוד האופטומטריסטים והאופטיקאים והסתדרות האופטומטריסטים בישראל, האחרים אינם מאוגדים בשום גוף מקצועי. כולם מכריזים על עצמם כבעלי סמכות לעסוק במקצוע, אולם הסתדרות האופטומטריסטים בישראל היא הגוף היחיד המתנה חברות בתעודה ממוסד להשכלה גבוהה והכשרה מקצועית מתאימה. במקביל, העבירה מליאת הכנסת, בקריאה ראשונה, הצעת החוק שהוכנה על־ידי משרד הבריאות, והוכתבה על־ידי רופאי העיניים. הצעת החוק, המונחת בועדת העבודה והרווחה, שוללת את מקומו העצמאי של מקצוע האופטומטריה ותובעת זכות בלעדית לרופאי העיניים לעסוק בתחומים אופטומטריים מובהקים.

לימודי אופטומטריה אקדמיים - בקרוב

הסתדרות האופטומטריסטים בישראל שמה לה מטרות אחדות, אותן מציג אורי כהן, יו"ר ההסתדרות: 1) הגשת הצעת חוק ותקנות שיסדירו את מקצוע האופטומטריה כמקצוע חופשי ואקדמי, יבטיחו הגנה מירבית לאוכלוסיה, ויאפשרו לאופטומטריסט בעל השכלה אקדמית למצות יכולתו ולמלא חובתו לציבור בצורה הטובה ביותר. 2) הקמת מוסד ברמה אקדמית בהדרכה מקצועית ובתמיכה כלכלית של האופטומטריה האנגלו־סקסית, ובעיקר האמריקנית. הסכם עם אוניברסיטה בישראל, לפיתות מסלול לימודים בן ארבע שנים נמצא בשלבי תיכנון מעשי ויפתח, ככל הנראה, באביב 1988. שלוש שנות הלימודים הראשונות תוקדשנה ללימודים מקיפים של המקצועות פיסיקה, כימיה, ביולוגיה, מדעי הראיה והאופטיקה, מדעי ההתנהגות ומדעי הבריאות הבסיסים. השנה הרביעית תכלול עבודת שדה.

כיום, קיים מסלול ללימודי אופטומטריה מטעם אגודת האופטיקאים והאופטומטריסטים, פעמיים בשבוע במשך שנתיים (וזאת לאחר שנתיים של לימודי אופטיקאות), אולם - ללא הכרת המועצה לחשכלה גבוהה. ועדת רחמימוב שזומנה על־ידי משרד הבריאות הממליצה לסגור מסלול זה ולא להכיר בבוגריו, אך המלצה זו טרם בוצעה.

אורי כהן ועמיתיו בהסתדרות האופטומטריסטים בישראל מוכנים לכל מאבק, בתקווה שתוצאותיו תהיינה לטובת המקצוע וכמובן - לטובת הפציינט.

אם רצונך להבטיח שהאופטומטריסט המטפל בך הוא בעל השכלה פורמלית, בחר על פי רשימה זו.

חברי הסתדרות האופטומטריסטים בישראל

תל־אביב

אליקים יצחק, ויצמן 45 תל־אביב, 03/263122,3
בן־חיים רמי, ברנדס 11 תל־אביב, 03/444456
בן־סימון שרל, אלנבי 53 תל־אביב, 03/284911
ברמן שמואל ומשה, אבן גבירול 77 תל־אביב, 03/239464
וודך גורג', בן יהודה 94 תל־אביב, 03/227502
ליפסון נעמי, ת"ד 25088 תל־אביב
סמואל סלוד, רמברנד 6 תל־אביב, 03/246679
פופר מקס, ויצמן 45 תל־אביב, 03/263122,3
קאופמן דובב, דיזנגוף 189 תל־אביב, 03/230354
ד"ר רול צבי, טשרניחובסקי 2 תל־אביב, 03/652596
רז דוד, אלנבי 62 תל־אביב, 03/5102902
רסין מאיר, אבן גבירול 182 תל־אביב, 03/444001
שטויר מיקלוש, דיזנגוף 94 תל־אביב, 03/220768

רמת גן – גבעתיים

אייקין הרולד, אבא הלל 28 רמת־גן, 03/7520840
טרוייצה נחום, כצנלסון 67 גבעתיים, 03/732784

חולון, ראשון לציון בת־ים

אקסלרוד ארי, הנשיאים 2 חולון, 03/888505
מירון אורי, קראוזה 41 חולון, 03/855457
שטיינר (פריידן) סוזי, התחיה 19/7 חולון, 03/800989
מידויצקי מריו, דרומין 4/2 ראשון לציון
פריאנטה נעמי, שפירא 11/5 בת־ים, 03/875685

פתח תקווה

אלסטיין מייקל, קציר 7 פתח תקוה, 03/9341389
ד"ר קזלו קנט, חיים עוזר 19 פתח תקוה, 03/919443

בני ברק

בן ארי משה, ירושלים 16 בני ברק, 03/795895
ד"ר ברונר יהודה, רבי עקיבא 112 בני ברק

נתניה, חדרה, פרדס חנה

רייזר רפי, סמילנסקי 37 נתניה, 053/344910
ד"ר שרמן יהודה ושרמן יאיר, הרברט סמואל 47 חדרה, 063/30529
שפירא יונתן, ככר הנשיא פרדס חנה, 063/79928

רעננה, כפר סבא, הוד השרון

בארט מרטין, ויצמן 40 כפר סבא, 052/444468
חר איוון, הגדוד העברי 4/5 רעננה, 052/454073
וולמן ארתור, בורכוב 6 רעננה, 052/450245
ד"ר וונטש סטיבן, דרך השרון 50 הוד השרון, 052/912219

חיפה

אמיתין (ניר) מלכה, נתנזון 11 חיפה 04/667093
ברקוב דוד, זיוונית 6 חיפה, 04/386244
כהן אורי, ארלוזורוב 1 א' חיפה, 04/660073
כרף ראובן, שלום עליכם 2 חיפה, 04/226072
ד"ר קורנפלד ג'ורג', הנשיא 113 חיפה, 04/381077

נצרת, קרית שמונה

ירון פרנסיסקו, מרכז רסקו 1 נצרת עילית, 06/574874
שמשון עמוס, מרכז רסקו קרית שמונה, 06/949088

ירושלים

אפשטיין ליינל, מרכז רפואי שערי צדק ירושלים, 02/555460
דן ג'יליאן, בן־יהודה 34 ירושלים, 02/225066
דובל אבלין, מרפאת עיניים "הדסה", ירושלים, 02/426365
וולף יוסף, מרכז כלל יפו 97 ירושלים, 02/243181
טיילור אלן, סנהדריה המורחבת 133/7, ירושלים, 02/815620
ידידיה יעקב, יפו 31 ירושלים, 02/225719
כהן הילארד, מרכז כלל יפו 97 ירושלים, 02/243181
כהן נורמן, שד' הרצל 100 ירושלים, 02/526930
ד"ר לוינסון ארתור, כ"ט בנובמבר 24 ירושלים, 02/245157
לוי אבליז, מרכז מסחרי חדש גילה ב', ירושלים, 02/764271
ד"ר סטולמן יהודה, בית הכרם 25 ירושלים, 02/533381
קאופמן גבריאל, המלך ג'ורג' 11 ירושלים, 02/223607
קאופמן רונן, המלך ג'ורג' 11 ירושלים, 02/223607
שטריגלר יחזקאל, טשרניחובסקי 4 ירושלים, 02/635319
שנדוביץ בצלאל, בק 16 ירושלים, 02/821960

רחובות, אשדוד, באר שבע, אילת

בלום פיליפ, הרצל 175 רחובות, 08/456039
גבלינגר דניאל, הרצל 163 רחובות, 08/454003
גץ נק חלימי, רוגוזין 15/1 אשדוד, 055/21922
נלטמן סיסיליה וסולומון, בית רסקו חדר 213 באר־שבע, 057/38282
מרדיקס דב, הרצל 52 באר שבע, 057/77693
ד"ר וינברג סקוט, בית עברונה אילת, 059/75260

מוגש ע"י ארטל בע"מ 03-664194

לא לעיניך בלבד

הצרכן – אינו מוגן, אולם אינו מודע לכך.

מי מטפל בעיניך? האם שאלת עצמך שאלה זו בקול רם רגע לפני שנכנסת למכון לעדשות מגע, המפואר והמבטיח, לביקור אצל האופטומטריסט, או אצל האופטיקאי המרכיב את עדשות המשקפיים שלך זה שנים?

מאת: חנה אקרמן

רבים מאיתנו לא מקדישים לנושא זה מחשבה יתרה. רבים יותר אינם יודעים להבחין בין בעלי המקצוע העוסקים בשרות טיפולי לעיניים: רופא עיניים, אופטומטריסט, אופטיקאי, ולבחור מביניהם את האדם הנכון.

550 איש בישראל עוסקים כיום באופטומטריה. רק כ־20 אחוז מהם בעלי השכלה פורמלית. השאר – עוסקים במקצוע טיפולי ללא הכשרה מתאימה! הם מופיעים ברשימה של משרד הבריאות על־פי חוק "סבא", המתיר עיסוק באופטומטריה על־פי הצהרה בלבד וללא אסמכתא מקצועית ממוסד להשכלה גבוהה.

האופטומטריסט הינו בוגר מסלול לימודים אוניברסיטאי בן ארבע שנים. השכלתו מאפשרת לו לבצע בדיקות ראייה, ולטפל בהפרעות תפקודיות של מערכת הראייה, כמו למשל. פגמים אופטיים (קוצר ראייה והמצב ההפוך לו), אסטיגמטיזם (סטיה הגורמת לטשטוש ועיוות הראייה), מצבים של אי־שוויון מיבני משמעותי בין העיניים הגורמים לבעיות תיאום, מצבים שלאחר ניתוח, הפרעות אוקולומוטוריות (הפרעות שריריות עצביות הנובעות מסטיות במערכת הראייה), ראייה דו־עינית – פזילה.

הטיפול שהאופטומטריסט יכול לתת הינו תירגול אורטופטי, קביעת המרשם לעזרים אופטיים ואספקתם (עדשות משקפיים, עדשות מגע, מערכות עזר לכבדי ראייה וכו'). במהלך הטיפול מבצע האופטומטריסט בדיקה חיצונית ופנימית של העין, בדיקות תשבורת, תפקוד אוקולומוטורי, כישורים בינוקולריים, כושר הסתגלות, שדה הראייה, סדרת בדיקות המתבצעות ב"טווח העבודה" של הנבדק בהתאם לצרכיו המיוחדים, כגון: קריאה, עבודה, תחביב, הכל לפי התחום בו נדרשת מערכת הראייה לתפקד בנוחות ולאורך זמן. למשל: ילדים המוגבלים בהישגיהם בבית הספר, עקב אי־יעילות של מערכת הראייה בתחום התעשייה מושם דגש על תפקיד הראייה בתחומי עבודה שונים, כגון: מרחק העבודה, תנאי התאורה, זוית ההסתכלות וכו'.

אופטומטריסטים רבים בודקים את הכישורים הביצועיים של מערכת הראיה, כולל פרספציה. חלקם מתמחים בראיה התפתחותית או פדיאטרית, ראייה והשפעתה על כושר הלמידה, שיקום הראייה הדו־עינית, טיפול בכבדי ראייה ואניסואיקוניה. כן ניתן להגיע לגילוי מוקדם של גלאוקומה בעזרת בדיקה אופטומטרית.

האופטומטריה התפתחה במדינות אנגלוסקסיות בקצב מואץ ובמדינות אירופה - לאט יותר, בשל שליטון הרפואה שם. החקיקה שנתקבלה בארה"ב, אנגליה, קנדה ודרום אפריקה מעגנידה את האופטומטריה כמקצוע עצמאי הדורש השכלה אקדמית מתאימה.

דע להבחין:

רופא עיניים (אופטלמולוג) – מאבחן ומטפל במחלות העין ובכירורגיה.
אופטומטריסט – מבצע בדיקות ראיה, מטפל בהפרעות במערכת הראיה באמצעות תירגול אורטופטי, קובע מירשם לעזרים אופטים ואספקתים, מאבחן אנומליות במערכת הראיה ומצבים פתולוגים של העין.
אופטיקאי – טכנאי אשר בתום תקופת לימודיו מוסמך להכין, להתאים ולספק אביזרים אופטיים (משקפיים), לפי מירשם.

"סופלקס" בע"מ

עדשות מגע – שילוב של טכנולוגיה מתקדמת ואיכות ללא פשרה

"סופלקס" – חלוץ תעשיות עדשות המגע בישראל, שוקד מאז הקמתו על פיתות, יצור, ויצוא עדשות מגע

המפעל משלב נסיון רב, כושר הנדסי גבוה ועובדים מקצועיים ומיומנים, המאפשרים לו לכבוש שווקי יצור עקב תיחכומם של המוצרים ואיכותם הגבוהה. עדשות המגע וחומרי הגלם מהם הן מיוצרות, פותחו והותאמו במיוחד לתנאי האקלים השוררים בארץ, ועברו תהליכי בדיקות קליניות במעבדות החברה ובמוסדות מחקר מהמובילים בארץ ובחו"ל.

"סופלקס" התמחה גם בפיתוח ויצור של תמיסות ניקוי ותיטוי מסוג PER-O-FLEX, שאיכותן הגבוהה תרמה לכך שמוצר זה הוא המוביל בארץ בתחום התמיסות.

מוצרי המפעל משווקים בארץ זה 9 שנים, והם משמשים את מיטב המומחים העוסקים בהתאמת עדשות מגע. בין מוצרי "סופלקס":

- ★ עדשות מגע רכות להרכבה יומית (ס"ס 60, EX 60.
- ★ עדשות מגע רכות להרכבה ממושכמת, (ס"ס 78, להרכבה רב־תכליתית (EX 60).
- ★ עדשות מגע קשיחות, חדירות חמצן, OP 2, OP 5.
- ★ מערכות התאמה ממוחשבות COMPUFET, לחתאמת העדשות הנ"ל ברמה גבוהה של דיוק.

סופלקס – איכות ושירות ברמה גבוהה

מוגש ע"י ארטל בע"מ 03-664194

באזרוא מלכים

דניס אייזנברג

על ארבע עם אליזבת

עד כמה אוהבת המלכה אליזבת בני־אדם, על זה אפשר להתווכח. בכלבים, לעומת זאת, היא מאוהבת.

את הסוד הגדול של מלכת אנגליה, אליזבט, חשף בעלה, הנסיך פיליפ, דווקא באוזני תלמידה בת שמונה: הבעל, מסתבר, הוא רק „מספר 2" בחייה של המלכה.

„למה אתה והמלכה ישנים בחדרים נפרדים?" שאלה הילדה נחושת־המצח. הוריה המזועזעים הסתכלו בה בחלחלה. כיצד העזה לשאול את בעלה של מלכת אנגליה שאלה כל־כך אישית? אבל הדוכס היה במצב־רוח טוב, והשיב בחיוך: „את מבינה, היא מעדיפה לישון עם אחרים, ולכן החלטתי לעבור לחדר משלי".

הקהל התקשה להאמין למשמע אוזניו, והנסיך מיהר לפרש: „המלכה אוהבת שכלבי הקורגי שלה ישנים איתה בחדר. לפחות שניים מהם תמיד ישנים איתה במיטה. הם אפילו רבים על הזכות הזאת. אבל אני לא כל־כך אוהב כלבים. לא כלבי קורגי, מכל מקום. אז עכשיו את יודעת למה אנחנו ישנים בחדרים נפרדים?"

למעשה, הסיפור לא כל־כך מדוייק. אמנם, המלכה התעקשה עוד בשובה עם בעלה הטרי מירח־הדבש שכלביה ישנו עמם, אך מאוחר יותר הבהירו לה רופאיה כי מוטב שתוותר על נוכחות הכלבים במיטתה, כי אלו גורמים לה לאלרגיות ובעיות בסינוסים. המלכה שילחה את כלביה מן החדר, בצער רב.

הרומן של המלכה אליזבת עם הכלבים שלה התחיל עוד בהיותה תינוקת. שני כלבי צ'או סיניים, „בלקי" ו„בראוני", שמרו על עריסתה. מאותו גיל רך, לא פסקה אהבתה לכלבים. המלכה גילתה פעם: „כשהייתי ילדה קטנה, בלקי ובראוני היו החברים הטובים ביותר שלי. בכיתי נורא כשחיסלו אותם בסוף, כשהיו זקנים מדי. זה היה הרגע העצוב ביותר בחיי".

מאז יש לה לפחות חמישה כלבים בכל זמן נתון, בדרך־כלל מגזע קורגי. עד היום היא מאכילה את כלביה במו ידיה. כשהיא נוסעת ממקום למקום בתוך אנגליה, היא עומדת על כך שהכלבים יסעו איתה ברולס רויס, ברכבת או במטוס. כל טיסה שלה הופכת לטכס מדהים: כל כלב נישא על־ידי שומר־ראש או פקיד של שדה התעופה אל המטוס. המשרת מקפיד תמיד להביא שמיכות, כדי לכסות כל כלב לחוד.

גם הארוחות עם הכלבים הן טקס מורכב. משרת מגיע עם יריעת פלסטיק גדולה, אותה הוא פורש בזהירות על השטיח היקר בחדר השינה של המלכה. משרת שני מביא מגש מכסף טהור, עליו מספר צלחות כסף המכילות מזון לכלבים. בקפדנות רבה מאכילה המלכה את חיות־המחמד שלה בכפות עתיקות, השמורות במיוחד בשבילן.

מדי יום נתלה במטבח התפריט היומי לכלבים. לעתים קרובות מטלפנת המלכה לראש הטבחים, כדי לדון איתו על פריטים בתפריט לכלבים. היא מסוגלת לשוחח איתו במשך עשר דקות ולהציע שיפורים ושינויים.

מעולם אין המלכה מתעניינת מה מכין הטבח לה ולמשפחתה...

כשהיא יוצאת לחו"ל, נוהגת המלכה להתקשר מדי יום לארמון – לא רק כדי לשאול לשלום משפחתה, אלא גם, באותה נשימה, לשאול מה עם הכלבים האהובים שלה: ספארקי, שדואו, מית', פייבל ודיאמונד. אחר כך היא גם שואלת מה עם פייפר וקליפר, שאינם ממש באותה ליגה כמו כלבי הקורגי, אלא הכלאה בין קורגי לדכ'האונד.

אבוי למי שמעז להרים יד על אחד מכלביה. עשרים שנה היא לא סלחה לאחותה מרגרט, על תקרית שקרתה כשהיתה מרגרט בת שמונה בלבד. מרגרט תפסה את הכלב דוקי והעיפה אותו לבריכת השחיה. עד היום, כמעט 50 שנה לאחר מכן, אין אליזבת שוכחת את התקרית, וברגעים של מתיחות עם אחותה היא מזכירה לה את „האכזריות הנפשעת כלפי דוקי המסכן".

הדרך הבדוקה להרגיז את המלכה היא להתייחס בשלילה לכלבים שלה. מי שעשתה בזמן האחרון את המישגה הזה היתה הנסיכה מייקל, שהכעיסה את משפחת המלוכה בשל יחסיה האינטימיים עם מולטי־מיליונר אמריקני. אליזבט רתחה כשהנסיכה מייקל אמרה בטלוויזיה, שלפעמים מתחשק לה „לירות בכלבי הקורגי של המלכה". היא התפרצה בפרהסיה: „הכלבים שלי מתנהגים יותר יפה ממנה!" מיד לאחר מכן יעצה המלכה לדודנה, הנסיך מייקל מקנט: „מוטב לך להיפטר מהאשה הזאת".

המשרתים בארמון באקינגהם, השוטרים ואנשי הבטחון שמקיפים את המלכה, שוטמים את הכלבים. אחד מאנשי החצר התבטא: „הכלבים האלה הם מפלצות. הם יודעים שיש להם זכויות יתר, יותר זכויות מלכל בן משפחת המלוכה ומלכל הולך על שניים. הם מרושעים, ונושכים אנשים בלי כל סיבה; הם יודעים היטב, שאיש לא יעז להחזיר להם".

אבל המלכה מאוהבת בהם. כששאלו אותה פעם מהם הרגעים המאושרים ביותר בחייה, היא השיבה ללא היסוס: „לטייל לבד עם הכלבים שלי ביום גשום. בשבילי, זה הדבר הכי קרוב לגן־עדן עלי אדמות". ■

berger

במוצאי שבת ובמשך השבוע

מכירת ג'יקוי המדפים ב"מציאון ברגר" בעיצומה. עודפי ייצוא, כאלו שבאמת מוכרים בחו"ל, במחירי מציאה.
30% – 40% הנחה

בנות הנעורים מצאו מקום בילוי חדש בשעות היום, "מציאון ברגר".
כל יום בין השעות 9.30 עד 17.30 הן באות לבחור להן מכנסונים וחליפות צעירות – מדליקות.
במחיר־מכירה כזה כל אחת רוצה להפגיז את החברה שלה בבגד אחר בכל פעם.
נשים מגיעות גם מערים מרוחקות כדי לזכות בהצעות מפתיעות.
במשך כל השבוע, ואפילו במוצ"ש, יש כאן הילולת בינוד. שמלות קוקטיות, חליפות ברמודה מפתיעות, פריטים משגעים, הכל נארז בשקיות גדולות. כולן עוזבות את המקום עם חבילות גדולות. פשוט בילוי תענוג: מודדים, בוחרים, מקבלים מלתחה חדשה והכל לא ביוקר.

המחירים: חליפות מ־24.90 ש"ח עד 49.90 ש"ח, שמלות בוקר מקסימות מ־19.90 ש"ח, חצאיות ב־14.90 ש"ח וחולצות פולו לגברים ונשים ב־22.50 ש"ח, מינימום 2 חולצות. חולצות טריקו בהדפסים מעניינים 11.50 ש"ח. יש גם חליפות ג'ינס מכובס אופנתי במחירי מציאון: חצאיות 34.00 ש"ח, חולצות 29.90 ש"ח.

בכרטיסי־אשראי תשלום ב־2.9.87. אגב, לרוכשים אופנה בסך 99 ש"ח, מחכה הפתעה בקופה (לא נגלה לכם, כדי שלא לקלקל את השמחה).

איך מגיעים? רח' הבנאי 22, איזור התעשיה חולון, הכניסה מול אזור – טמפו, מוסך אגד, שורת מבנים תעשייתיים, בלוק 4. חשוב לציין: שפע של חנייה לכל הבאים.
תחבורה ציבורית: קו 96 מתחנה מרכזית, קו 87 מחולון.

עכשיו גם את יכולה להרשות לעצמך – ברגר

דינה
מידות גדולות
6 תשלומים על כל קניה מעל 300 ש"ח

סוקולוב 84, רמת־השרון 03־490138
חנות המפעל:
התבור 39, תל־אביב 03־653487
שעות הפתיחה בחנות המפעל: 9.00 עד 15.00

חנות והמפעל תהיה סגורה מ־4.8.87 עד 12.8.87 – לרגל חופשה

בגדי חוף
שמלות וכותנות
באיכות יצוא – מבד מגבת וטריקו
במחירים מוזלים
של סוף העונה
בחנות המפעל
"דוניתי" דרך יפו־ת"א 8
טל. 836278

אורחה בינלאומית בירושלים

5 כוכבים של תמורה מלאה
• נוף מרהיב • מטבח מעולה

במבצע קיץ – רק 60 ש"ח ללילה*
כולל ארוחת בוקר במזנון חופשי..
* עד 30.9.87 – המחיר לאדם בחדר זוגי, כולל מע"מ

הנאה ברמה אינטר־קונטיננטלית
טלפון להזמנות: 02־282551, או סוכן הנסיעות שלך

מלון אינטר־קונטיננטל ירושלים

עירית צפת • משרד התיירות • קרית האמנים - צפת • משרד החינוך

קיץ של אמנות

בחסות שר התיירות והמשפטים מר אברהם שריר

הקיץ, צפת "יתוססת"!
של תערוכות, אירועים, הצגות, מופעים, קורסים, מוסיקה... ועוד!
בואו גם אתם להנפש בנוף הרים ובאווירה הקסומה של צפת.
לפרטים נוספים מוקד מידע טלפוני - 09:00-18:00 - 06-930633

15.7 בשעה 20.00 פתיחת תערוכת סלים במעיין הרדוס
18.7 בשעה 20.00 פתיחת תערוכת אקוורלים במתנ"ס וולפסון
1.8 בשעה 19.00 פתיחת תערוכת הדפסים במוזיאון הדפוס.

בתי מלון מומלצים:

****	מלון רון	06-972590
****	מלון רימונים	06-930665
***	מלון דוד	06-930062
		06-971662
***	מלון פסגה	06-930108
		06-970044
***	מלון תל-אביב	06-972555

צפת
כאן מקור פתוק ג'ור!

מעיה שוהר

החיים ללא עוגה

ביקור בית אצל הדיאטניות מתברר כי לא הכל דיאטה. הן חוטאות – ומתקזזות, משתדלות להרחיק מטווח עיניהן חומרים מפתים. אצל כולן מצוייד המטבח במיטב המכשירים, כדי לקצר את זמן השהיה ליד הכירים.

לראיין דיאטניות זה כמו לעבוד תחת אצבע גדולה ומאשימה, העושה לך "נו, נו, נו!" כל הזמן, לעבר הקילוגרמים המיותרים שהצטברו אצלך במשך השנים. ובכל זאת, רב הפיתוי להיכנס אליהן למטבח, להציץ ואולי לתפוס אותן בקלקלתן. האמנם אפשר לחיות 24 שעות ביממה עם תודעה מתישה של תזונה נבונה, של בוז למזון הקלוקל והטעים, של מודעות לכל קלוריה הנכנסת לפיה של המומחית עצמה ולפיהם של בני משפחתה?

נקודת עידוד ראשונה מצאנו כבר מההתחלה. לא כל הדיאטניות רזות. מדובר אפילו בכמה מומחיות לתזונה, שהן עבות בשר בצורה הממוטטת את המסר הבריאותי שהן אמורות להעביר למטופליהן. אבל לאלו לא נכנסנו אל תוך הסירים. לעומת זאת, חיטטנו במקררים ובצלחות של כמה תזונאיות, החשופות לתקשורת במיוחד: אולגה רז, מנהלת מחלקת הדיאטה של ביה"ח "איכילוב"; דליה ניר, הרוח החיה של "שומרי משקל" ו"משקל קל", המגדירה עצמה כיועצת לתזונה נכונה ומוטיבציה; רות קרייצר־רביב, דיאטנית קלינית בעלת טורי תזונה בעתונות; רלי אבל, תזונאית ראשית של קופת חולים.

רצינו לברוק, האם הן מכניסות לסיר את מה שהן מטיפות לנו השכם והערב. מן הסתם, כולן למדו אותה תורה, אבל כאשר אתה מנסה להציל מפיהן עצות מרוכזות, אתה יוצא די מבולבל לגבי היישום. יש שידברו בשבחם של הויטמינים והמינראלים, שדרוש להוסיף לתזונה היומית, ויש שיבוזו להם, כי התזונה שלנו עשירה דייה, על מנת לספק כל מה שנחוץ לנו. יש דיאטניות המגנות את בשר הבקר כמוקצה מחמת מיאוס, ויש המעניקות לו לגיטימציה כמזון בריא וטוב להדיה.

מכנה משותף: הן בזבזניות לא קטנות. ידן קלה לזרוק דברים שתורת התזונה שוללת. רות קרייצר: "אצלנו, את כבד העוף ויתר חלקי הפנים אוכל הכלב". אולגה רז: "לאחר הרתיחה הראשונה, שופכים את המים ומורידים את כל העור של העוף וזורקים". רלי אבל: "בחביתה שאני מכינה לארבעת ילדי, שמה ביצה שלמה ושלושה חלבונים. שלושה חלמונים אני זורקת. כאשר שואלים אותי איך אפשר, אני עונה: ואת הקליפה אני לא זורקת? בעיני, החלמון הוא זבל, כי מכיל כמות עצומה של כולסטרול".

דבר אחד ברור – כל התזונאיות מדקלמות כמעט באותן מלים את התורה הבסיסית והיא, שאת הבישולים צריך לעשות בפשטות, לא להקדיש להם זמן רב מדי, שהיצירתיות של האשה יכולה לבוא לידי ביטוי בהמון שטחים אחרים ולאו דווקא בתחום הקולינארי, שאת האהבה לילדים יש ללמוד לתת בדרכים אחרות, ולא דרך הקיבה.

כולן גם מחזיקות מטבח מצוייד במיטב המכשירים – תנורים, טוסטר־אובן, מעבדי מזון, מיקרו־גל – כדי שהעבודה לא תשאיר אותן הרבה בין הכיריים.

המטבח של אולגה רז קטן, עם מעט ארונות (היא אינה אוהבת את צבעם), אבל יש בו טפטים עם פרחים כחולים. "זה כל כך יפה שזה עושה מצב רוח טוב ולא רוצים לאכול הרבה" – כך אולגה. היא רזה מאד, מאז ומתמיד, נראית צעירה מכפי גילה, וטוענת שלמרות זאת יכולה להבין את הנלחמים בכל קילו מיותר. לאחר הלידה היה לה עודף משקל של 17 ק"ג והיא נפטרה ממנו משך שנה שלימה, תוך כדי מאבק ללא פשרות. גם החורף, כשגילתה שיש לה כ־6 ק"ג מיותרים, חיסלה אותם.

רלי אבל וילדיה. זורקת חלמונים. צילום: בני גלזר.

נגד רטבים, נגד עוגות

"ככל שהאוכל פשוט יותר, הוא יותר טעים לנו. אף פעם לא הבנתי את אלה שמוסיפים כל מיני רטבים. זה משנה – ולדעתי מקלקל – את הטעם הטוב של הבשר והירקות. גם צורת הבישול הכי פשוטה – צלייה בגריל – היא הטעימה ביותר. בשר (עוף ובקר), דגים, מוצרי חלב כחושים, מעט לחם ואורז – זה הבסיס. אני לא מורעת כל הזמן להרכב המזון ולא ממליצה לפציינטים לחשוב כל הזמן על זה. לאחר קיזוז טבעי הם מקבלים את כל הדרוש.

"הרגלתי עצמי לאוכל פשוט, כי אני יודעת שכך זה נכון. הבעל (משקל נכון) התרגל אף הוא לצורת בישול כזאת. הוא כבר כמעט אינו זוכר שאפשר אחרת. הילדה שלי – בת שמונה, רזה ויפה – לא הכירה עד גיל שלוש כאשר הלכה לגן, את טעם הסוכריות והשוקולד, וזאת משום שנולדה תינוקת גדולה, עם נטיה להשמנה. בבית לא מחזיקים חבילות של גלידה, אבל אם הילדה רוצה, או אם מתחשק לה סוכריה על מקל, היא מקבלת כסף לקנות בקיוסק. לא מדברים איתה אף פעם על קלוריות או השמנה, על דברי מאכל אסורים, אלא יותר על הסכנה של דברי המתיקה עבור השיניים".

אולגה איננה אופה עוגות אף פעם. אם השכנה מביאה והחברים המתארחים בערב מוצאים בביתה עוגה, הם מופתעים. "אם מציעים לי עוגה ובא לי, אני אוכלת, בלי ייסורי מצפון שמביאים אחר כך לזלילה עוד יותר גדולה. זה לגיטימי גם לחטוא לפעמים. אבל חי־נכתי את עצמי שעוגות לא מעניינות אותי ולכן אין לי תחושה של ויתור".

רות קרייצר־רביב (משמאל) ומטופלת. לדעת להסתיר פיתויים. צילום: בני גלזר.

בעד דגים – נגד בקר

רות קרייצר־רביב, (גוף מאוזן, גם בעבר לא היו לה בעיות השמנה), אוכלת ומאכילה את המשפחה עם הרבה מודעות – הרבה תוספות ויטמינים, מינראלים, סיבים. היא מאמינה שלא צריך לאכול הרבה בשר, בעיקר לא בקר, ואם לא יכולים בלי, אז לפחות פעמיים בשבוע להחליף אותו בדגים מהים הצפוני, הבריאים לגוף על פי הרכב השומנים שלהם.

לעולם היא אינה קונה חמאה ("לא צריך להכניס הביתה דעלים – גם לא ממתקים ושוקולדים") וכשאנחנו מגלים, בכל זאת, חמאה במקרר, מתברר שהילדים והעוזרת מסרבים לטגן חביתה בשמן. יתר מדפי המקרר מלאים בגבינות כחושות עד 5%, סלטים מוכנים וחריפים, חומוס וטחינה, מיונז דיאטטי, ריבה דיאטטית, רוויון, הרבה פירות, המון ירקות ו...אופס: מילקי שוקולד עם צווארון נדיב של קצפת ("זה של הבן שלי").

בתא ההקפאה הרבה ירקות מוקפאים וגם... גלידה ("לבן ולאורחים").

במטבח אין עוגות. לעומת זאת, תא ההקפאה של המקרר הישן, הנמצא בחדר הכביסה של הוילה הנאה, מלא על גדותיו בשניצלים מוכנים, בלינצ'ס, אגרולס ובעיקר בעוגות מוקפאות. "חמותי אופה, כי דואגת שלבן שלה יחסר. אילו זה היה תלוי בי, לא הייתי מכניסה אותן הביתה. אני גם מבקשת שיסתירו ממני דברים כמו בייגלעך ואחרים, כי בלילה, כשאני פחות תחת פיקוח עצמי, אני עלולה להתפתות".

יישום תורתה על בני הבית עזר לבעלה, שסבל מיתר־לחץ־דם וסוכרת קלה, לאזן את עצמו באופן מוחלט, והוא איננו נזקק עוד לתרופות. במקום זה, הוא בולע סיבי סויה ולציטין, להורדת השומנים בדם, ויטמין B קומפלקס, העוזר לו להיות מלא מרץ כל היום, תכשיר שום־פטרוזיליה שהוא חומר משתן, ושום מרוכז בכמוסות שגם הוא טוב למשהו.

לעומת זאת, הבנים (שנים כבר גדולים ועזבו את הבית, השלישי מתקרב לצבא) אוהבים את הבשרים שרות רואה כלא־בריאים, ומכינים אותם בחצר, על האש. גם העוזרת קצת משתוללת עם הבישולים, לא בדיוק לפי האידיאולוגיה. אבל טעים: אוכל עיראקי גוע, כמו שהבן הצעיר אוהב. לרות ולבעלה, העוזרת מכינה על פי הוראה. דג או עוף, סלטים, מרק ירקות ופודינג נטול קלוריות.

אסור לדבר על דיאטה

דליה ניר (נטיות להשמנה מאז ומתמיד, שקלה פעם 110 ק"ג, כיום נעה בסביבות ה־70, עם תנודות של 4־3 ק"ג לכמה או למעלה), נראית מצויין בתור סבתא לנכדים. כבר 20 סנה שומרת על משקל יציב ואינה מוכנה לשוב בשום מקרה לעשר השנים האומללות בחייה, בין גיל 20 ל־30, כאשר שמעה מישהו מתלחש מאחורי גבה: כל כך מבוגרת וריק עכשיו ילדה.

בעל ובנות (כבר נשואות ואמהות לילדים) גם הם עם נטיה להשמנה, כך שהעיסוק בצורך ההרזיה היה קיים מאז ומתמיד. לדעתה של ניר, אסור לדבר על דיאטה, כי אצל הנוטים להשמין זה מעורר מיד תיאבון. הרעב הוא במוח ובדרך כלל, הוא איננו רעב למזון אלא למשהו אחר. הרבה פעמים זהו רעב לאהבה, לחום. אם אמא תלך מדי פעם לחבק את הילד שלה, אולי תרוץ פחות למקרר.

התראפיה שלה עצמה זה בישולים וכתיבה על בישולים, מכל סוג אבל עם נטיה בולטת לחסוך קלוריות. מחדשת וממציאה כל הזמן מתכונים, שבהם היא "מרמה" קצת, בלי לפגוע בטעם התבשילים: יוגורט ולבן או אשל במקום שמנת או קצפת, בשר עוף במקום בשר בקר, ממתיק מלאכותי המחליף חלק מסוכר מתכוני העוגות וכו'.

בבית, תא ההקפאה מלא דגים וירקות קפואים. גם הלחם הפרוס נמצא בפריזר, כדי שלא יהיה בהישג היד כל רגע. בשר בקר לא נכנס הביתה. אין ממתקים כדי לשמח את הנכדים. "אני סבתא של סיפורים, לא של אוכל". הנכדים מתנחמים בפירות יבשים ובקרייקרים. "אינני קונה עוגות או עוגיות, כי אני יודעת שלא אוכל לעמוד בפניהן ואחסל אותן, אז למה לעמוד בניסיון? באירועים מיוחדים, כאשר אני מארחת, אני אופה עוגות, ובסוף הערב נותנת לכולם שקיות עם מה שנותר, כדי שלא ישארו לי פיתויים".

לעומת זאת, היא מכינה הרבה פשטידות ירקות עם מעט קלוריות (יחסית), עד כי לא יודעים אפילו שזה דיאטטי. אין אצלה במקרר אלא משקאות דיאטטיים. מכינה הרבה דגים, לא בטיגון אלא אפויים. ברוטב היא מכניסה מעט שמן, כי זה נחוץ לגוף. גם המרקים זוכים למקום של כבוד במטבחה, כי הם מלטפים ומפנקים, ואפשר להכין אותם ללא הרבה קלוריות.

שמחה בעודף המשקל

"הבאת לי סוכריה?", שואלת אותי נטעלי, בת הארבע, בתה של רלי אבל. גם את הילדים של הדיאטניות מקלקלים בגן. רלי (מלאה, כ־6 ק"ג מיותרים, מעל ה־54 ק"ג התיקניים שלה, עודף שנותר לה אחרי ארבע הלידות) לא מכניסה הביתה סוכריות או שוקולד. אבל כל יום, בשעה ארבע, לכל ילד מותר ללכת לקיוסק ולקנות ממתק. אם במקום זה הוא מעדיף גולות, אמא שמחה.

אמא משלבת גורם נוסף. מאז שרלי ובעלה חזרו בתשובה, לפני שלוש שנים, היא מנהלת לא רק מטבח דיאטטי, אלא גם כשר. בהדרכה שהיא נותנת בתחום התזונה, היא מוצאת הרבה סימוכים אצל הרמב"ם ואצל חז"ל. "אני בפירוש פועלת על פי תורת התזונה הנכונה שלמדתי", אומרת רלי ופותחת מקרר שהצבע הלבן

(המשך בעמוד הבא)

(המשך מן העמוד הקודם)

שולט בו. אין גבינות צהובות. גם הכל מבושל ללא מלח!). הילדים כמעט שאינם יודעים את טעם המלח ("למי נחוץ מלח?")ובכל יום רביעי אופה רלי עוגה. מי שאכל ממתק בארבע, לא יקבל עוגה בערב.

הכל אצלה בטעם טבעי, ללא תבלינים – מאכל הגזר, הקישואים, השעועית הירוקה, הכוסמת, הדוחן או הבורגול. אם אוכלים דברים מטוגנים, אז רק פעם ביום. אם מישהו רוצה להחליף את ארוחת הערב בגלידה, מרשים לו. וגלידת לימון, כי יש לה פחות קלוריות). המלה "אסור" לא קיימת, כדי לא ליצור תיסכול אך, כאמור, ממתק רק פעם ביום.

הילדים מודעים לחשיבות הרכב המזון. אם אחת הבנות מבקשת פרוסת לחם עם אבוקדו, היא עתידה לשמוע מאחיה הבכור בן התשע: "את יודעת שאין בזה חלבון?", או: "איפה הויטמין C של היום?"

איך קורה שריאסטנית, האמורה להטיף לאחרים שלא להשמין, סובלת אף היא מעודף משקל? רלי מסבירה שרק עודף העולה על 10% ממשקל הגוף מתחיל להיות מסוכן. בעיניה, יותר מסוכנת התופעה, כמו שהתגלתה כדבריה בבית ספר תיכון מקיף בהרצליה: תלמידה אחת שהיה לה עודף משקל של כשלושה ק"ג, רזתה שמונה והפכה למלכת הכיתה. התוצאה היתה שכיתה שלימה נכנסה לדיאטה חמורה, אצל שבע בנות נפסק המחזור ושלוש מאושפזות ב"גהה" עם אנורקסיה. המחלקה של רלי שלחה לשם מומחים כדי להוציא את הבנות משהשגעון הכללי. "לכן אני אפילו שמחה שיש לי מעט עודף משקל, להראות לכולם שגם כך זה בסדר". כמובן, מי אנחנו שנתווכח איתה כנגד עודף משקל? ■

אולגה רז. אוכל פשוט. צילום: רובי קסטרו.

דליה ניר – לא סבתא של אוכל

אשה

נטע שדמי

אחות לנו דגולה

צביה ציוני. אין לה זמן לפטפוט על כוס קפה. צילום: בני גלזר.

עשרים ושתיים שנה היא במקצוע. "הנתינה היא חלק ממני, אף פעם לא חשבתי שאני משהו מיוחד", היא אומרת. הממסד חשב אחרת: לא מכבר קבלה צביה ציוני את פרס העובד המצטיין.

מי אמר שאין כבר אחות רחמניה במקומותינו, פסו ועברו המלאכים בלבן? יש. הנה צביה ציוני (40) מקריית־עקרון. היא אחות שאף פעם לא אומרת "לא". בשביתה האחרונה שקיימו עובדי קופת־חולים, היא נשארה במחלקה, בבית החולים "קפלן", ברחובות. "אני חייבת לקחת כמה בדיקות דחופות", התנצלה ודחתה את הראיון העיתונאי ליום אחר. גם אז הגיעה בבהלות, כאמצע השרב. "רק לשעה, מוכרחה לחזור ולהחליף אינפוזיות". בינתיים הרופאים ממלאים את מקומה. יש ביניהם שיתוף פעולה והדוקטורים מעריכים כל מילה שלה, גם בנושאים רפואיים מקצועיים. אחות שמדובר בה לא רק בימי שביתה.

עשרים ושתיים שנה היא במקצוע ומושכת כתפיים: "הנתינה היא חלק ממני, אף פעם לא חשבתי שאני משהו מיוחד". הממסד חשב שכן, והעניק לה, לא מכבר, את פרס "העובד המצטיין".

עד לפני שלוש שנים עבדה במחלקה הפנימית, אליה התחילו להגיע ראשוני החולים באיידס, ונוכחותם משכה תשומת לב והרתיעה בו זמנית, אבל לא את צביה ציוני. בכפפות, חלוק עליון נוסף ומסכה סטרילית על הפנים, לקחה מהם דמים לבדיקות וסעדה אותם בבידודם. "למרות שהיום כבר התרגלו לחולי איידס, הציבור עדיין מסתכל בהם בקריצה מלגלגת, בזמן שהצוות הרפואי מתיחס אליהם בכבוד".

סבלנות אדירה, רגישות וכוח נפשי עצום נתבעים מצביה ציוני בעבודתה הנוכחית עם חולי סרטן ודם במחלקה ההמטולוגית. "חרדה ודיכאון מלווים אותם לכל אורך הדרך והם מרבים לדבר איתו על המוות".

היא איננה מסתפקת בעידוד החולים ותמיכה במשפחותיהם. מאלה מביניהם שמתייאשים ונשברים מהטיפולים הכימותרפיים הקשים – לא תרפה, ותיסע להחזירם אפילו מבתיהם. "רק בשבילך" הם נאחזים בה בשובם, והיא מודה להם בחיוך שקט.

יש לה עצמות לחיים גבוהות ושיער מקורזל. היא כאילו נולדה לטיפול באחרים: כבכורה בין חמישה ילדים במשפחה תימנית, נשאה לבדה בעול גידולם של אחיה תוך כדי לימודים. לא ויתרה. אף פעם לא הרימה ידיים, גם לא ב־12 השנים האחרונות בהן היא חולת סוכרת ומזריקה לעצמה אינסולין פעמיים ביום, אין אצלה חישובי שעות. עובדת כמה שצריך, מאמינה בירורה חרף התמיכה הכספית, "אנחנו כמו הנזירות של פעם", היא משווה, אך שלא כמו הנזירות מחכים לה בבית בעל ושלושה ילדים.

בשובה היא איננה שוכבת לנוח, ואין לה זמן לפטפוט על כוס קפה עם שכנות עוזרת אין לה, והיא לא מוכנה לוותר על עזרה הדדית ומעורבות בקהילה. בעילות שקטה היא דואגת למשפחה אומנת לנערה במצוקה. עורכת קניות לנכה ערירי וסועדת חולת סרטן בודדה. ויש גם ועדת תרבות מקומית, והוועד למען החייל, והאגודה הישראלית לחולי סוכרת והרשימה עוד ארוכה, וציוני אף פעם לא אומרת "לא".

כאות הוקרה ותודה כיבדה אותה מועצת קרית עקרון לאחרונה בתואר "אם השנה". ילדיה הלכו בעקבותיה והתנדבו למתנ"ס וחונכים ילדים מתקשים. התרגלו שביתם משמש כתובת לצרות ובעיות של אחרים. ■

אתם מכירים את ההרגשה הזאת: אתם רואים רהיטים מעוצבים בטוב טעם וצבועים בצבע המקנה להם ברק של זכוכית יוקרתית, עד שפשוט בא לכם ללטף אותם. זה בדיוק מה שמייצרים ב"רהיטי כרמון", בית המלאכה של האחים אהרון ויהודה ג'הן. ראינו אותם, במלוא יופיים, ביריד "אדם ומעונו"

יש אנשים המתייחסים לעבודה שלהם כאל פרנסה, ויש המתייחסים לעבודה שלהם כאל אמנות. הראשונים רואים בה משלח־יד. האחרונים רואים בה מעשה־יצירה.

האחים יהודה ואהרון ג'הן שייכים לסוג השני. כשאתה רואה את העבודות שלהם – החל מרהיטי פינה וסלון ועד לריהוט מטבח ומסעדה – אתה לא יכול לכבוש את קריאת ההתפעלות הנמלטת מפיך.

"זה תוצרת חוץ?" נשאלת בדרך־כלל השאלה. לא רק שהרהיטים של יהודה ואהרון הם תוצרת הארץ, אלא שכל המרכיבים והחומרים בהם הם משתמשים עד לתגמיר המושלם - הם תוצרת הארץ.

השניים עוסקים במקצוע כבר קרוב לעשרים שנה, והם מסבירים, כי מנסיונם העשיר (וגם מטעויות העבר) הגיעו למסקנה, כי הצבעים הכימיקלים מתוצרת הארץ, נותנים את התוצאות הטובות ביותר בצביעת רהיטים. עובדה: עד היום לא חזר אליהם אף לקוח אחד – בתלונה!

רהיטי "כרמון" של האחים ג'הן, עוברים מסלול־מכשולים קפדני, בטרם יקבלו את הברק הסופי: ליטוש, שכבת פוליאסטר, צבע ושוב צבע.

"יש כאלה שצוחקים עלי", אומר אהרון, המומחה לצבע. "אומרים לי: בשביל מה לך לעבוד כל כך קשה. קח צבע תוצרת חוץ, שמתייבש מיד, וגמרנו. אבל אני יודע, שזה לא זה. רק על ידי צביעה הדרגתית וייבוש באוויר נקי - אפשר להגיע לתוצאות, שיחזיקו מעמד 20 שנה ויותר!"

יהודה ג'הן אחראי על הנגרות. הוא בא לבית הלקוח ומוכן לבצע כל דבר העולה בראשו. "חוץ מדבר אחד", הוא אומר. "יש לי חוק ברזל: אף פעם לא אעשה ללקוח בדיוק אותו ריהוט כמו אצל השכן שלו. הדגמים שלי הם תמיד אקסקלוסיביים. הרבה מנסים לחקות אותי – אבל אני לא מחקה אף אחד. העיצוב שלי תמיד מקורי".

רהיטי "כרמון" הם עסק משפחתי. יהודה ואהרון אחראים על שלבי הייצור. רותי מנהלת את החנות, ברחוב בן יהודה 110 בתל־אביב. אפילו שרון, בנו בן ה־15 של אהרון, כבר מסוגל להוציא מתחת ידיו צביעה למופת.

"אנחנו אוהבים לעבוד, בעיקר עם ארכיטקטים", אומרים יהודה ואהרון. "יש בזה אתגר מקצועי. אנחנו מאמינים, שכשבנאדם משקיע בדירה נאה ובכלים נאים, הוא רוצה שיהיו לו גם רהיטים נאים. כאלה שיחזיקו מעמד לאורך ימים. את החלק הזה אנחנו מספקים לו, לשביעות רצונו המלאה".

רהיטי "כרמון", בן יהודה 110 תל־אביב, טל. 03־246888

מפעל – סימטת הר ציון 20 תל־אביב, טל' 820879

מיבחן האש

כדי להדגים את איכות הצבע ועמידותו בפני פגעים שונים, מבצע אהרון את "מיבחן האש". הוא שופך על רהיט מוגמר מעט טינר, ומצית אותו. להבה כחולה עולה מהחומר הדליק – ודועכת כעבור שניות אחדות. על הצבע נותר כתם אפור. אהרון נוטל סמרטוט רך, עובר פעמיים על הכתם – והצבע שוב מבריק כחרסינה. כאילו מאומה לא קרה.

"שיווק" מוספים במעריב – מחלקת ברכות טל. 331986, 331936, 03־332062

הכל, רק לא מיין...

חדש ומהפכני

סרותים עד דלת ביתך/משרדך

נוכ שעות היממה

- מזון וארוחות חמות
- עזרה לבית (נקיון, בייביסיטינג) ותיקונים.
- מתנות ושליחויות כבקשתך.
- וחיצת רכב, השכרת רכב, טיפולי סיכה והעברת טסט, נהג אישי.
- שרותים רפואיים עד הבית: וטרינר, רופא שיניים.

השרות המושלם PERFECT SERVICE

03-5465131 :טל'

לפרפקט סרוויס ולמיקי ארז ידידי

שפע ברכות והצלחה

מאחלים

למיקי ופרפקט סרויס

ברכות חמות והתחלה מוצלחת

מוטי כהן

סירקין 14 גבעתיים טל. 729382

למיקי וכל הצוות

עלו והמריאו!

מריוס הפקות בע"מ 03־7516733

ג.מ.א. עיצוב / טומן הפקות בע"מ – 03־7516681

לגילי ומיקי

התחלת שיתוף פעולה פורה

היפופותם

מסעדה צרפתית

ירמיהו 12 ת"א טל. 448729

לפרפקט סרויס

לפתיחת העסק

ברכת

שלטי פזית בע"מ

טל. 03־826121

לגילי ומיקי

ברכות לבביות

מסעדת מאמאיה

גריל רומני

בן־יהודה 191, תל־אביב

237784

לגילי ומיקי

כולנו שותפים

לרעיון המושלם

נושאי "הפפיון"

רענן, אמיר, שמעון, משה, אילן, דורון, ובני

לגילי ומיקי

ברכות עם פתיחת

משרדכם במקום הנכון

הנהלת וצוות

מלון פאלס

לגילי פיין

ברכות לבביות

עלי והצליחי!

מאחל:

רפי היינאוי – מנכ"ל

א. בירמן את רפי

שרותי גבייה ואבטחה בע"מ

חולון – סוקולוב 13

טל. 854233, 5053181.

- טיפול בצ'קים ללא כיסוי בכל הארץ, כולל במיגזר הערבי.
- ביצוע פסקי־דין ופינויים, גבייה וביצוע צווי מעצר וצווי עיקול.
- בלדרות לחו"ל, אבטחה מיוחדת ושומרי ראש.

לפרפקט סרויס

איחולים

מכל הלב!

מסעדת

קזבלנקה

נותנת גם

שרותי קייטרינג

ככר מלכי ישראל

תל־אביב

טל. 03־263987

לגילי ומיקי

המשך שיתוף פעולה פורה

פיצה שלנו "עזרא"

מיבחר עשיר של פיצות ומאכלים איטלקיים

יהודה המכבי 63 ת"א

טל. 03־453716

לגילי ומיקי

ברכות

לפתיחת העסק

קפה מנוע

בן־יהודה 230 ת"א

טל. 03־448332

לגילי ומיקי

איחולים לבביים

מסעדת אלנס'

הירקון 108 ת"א

טל. 03־236859

למיקי וגילי

איחולי הצלחה

קיטקט

דיזנגוף 334 ת"א

טל. 5462207

לפרפקט סרויס

ברכות

לפתיחת העסק

המרכז לבידור והפקות

בהנהלת יורם מנחם

יהודה הלוי 55 ת"א

03־624934

לגילי

ברכות לבביות

קפה בתיה

דיזנגוף 197 ת"א

טל. 03־221335

לגילי ומיקי

לרגל

פתיחת העסק –

עלו והצליחו!

רחל הלפגוט

לגילי ומיקי

מברכים אתכם

פיצה ירמיהו

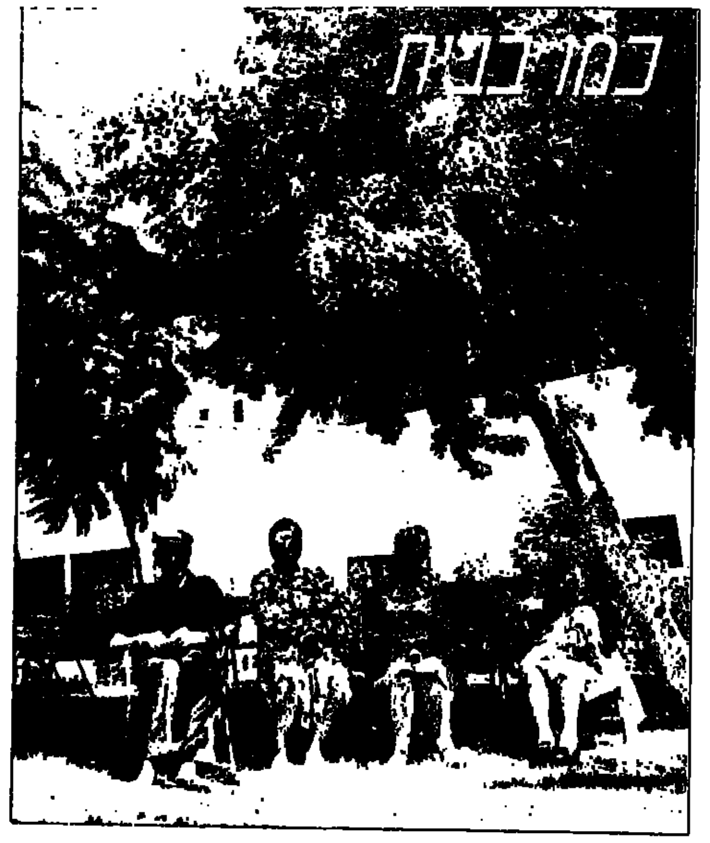
ירמיהו 47 ת"א

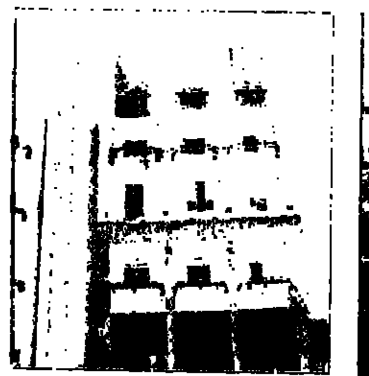
טל. 03־5461612

מוגש ע"י ארטל בע"מ מוספים מיוחדים במעריב 03-664194

קשישים בישראל – [illegible], בדרך למדרגה הבאה

אמבולנס ת"א
• העברת חולים ונפטרים בכל הארץ
• שרותי קבורה ולוויות • פרסום מודעות
• סידור רשיון קבורה-24 שעות ביממה
• מחירים נוחים
טל. המשרד – 660687 טל. מענ: 258560





אחד הדברים החשובים להם נותנים את הדעת בבית "גיל הזהב" הוא קליטה "רכה" ככל האפשר של הקשישים, ו"ריפוד המעבר" מן הבית הפרטי אל בית האבות. כל הגירה ממקום למקום, בכל גיל, כרוכה בקשיים ובפחד, הרי מדובר בפרידה מסביבה מוכרת על כל פרטיה וסביבה חדשה לחלוטין. מנהל הבית, שהינו אדם עתיר נסיון (20 שנה בניהול בתי אבות), ובעל בית "גיל הזהב" שהוא הבעלים של מספר בתי אבות, מגלים ידע רב ורגישות עמוקה לבעיות הדיירים שלהם. "אנו רוצים שיהיה בית חם", אומר מנהל הבית, "הרי אנחנו לא מנהלים פה סתם בית מלון: כל דייר יודע שיש אל מי לפנות, גם כשכואב ומעיק, והצוות ישתדל ללכת לקראתו כדי להקל עליו. האנשים כאן ראויים ליחס של כבוד, וזאת הם מקבלים. כל אחד מהם הוא אדם עם ההסטוריה שלו ועם העתיד שלו, וחייבים רגישות רבה כדי לא ליצור שבר בחייו של הדייר עם המעבר לבית "גיל הזהב".

כדי ליצור תנאים ראויים במקום, עובד בו צוות מקצועי מורחב: כמה רופאים, פיזיותרפיסטית, עובד ריפוי בעיסוק ועובד סוציאלי, בנוסף למספר אחיות בכל משמרת. הצוות מונה עשרות עובדים, ומגיע ליחס של עובד לשני דיירים, יחס גבוה לכל הדעות. במקום פועלת מחלקה טיפולית, ובנוסף, במידה שמצבו של דייר דורש זאת, יכולה המשפחה להיעזר באחד מהמוסדות האחרים המטפלים במקרים יותר בעייתיים, השייכים לאותם בעלים.

הדיירים נהנים מפעילות חברתית ענפה ויצירתית. חוגגים יחדיו ימי הולדת ושמחות אישיות באווירה ביתית, וכמובן סועדים יחדיו ממבחר עשיר במטעמים ביתיים, המוכנים על ידי צוות טבחים מקצועיים בחדר האוכל המפואר המרוהט בטוב טעם, ובאפשרותם גם לרדת לרחוץ בים הסמוך. בקומת הגג אולם לפעילות תרבותית עם מרפסת רחבה הצופה אל נוף מרהיב, וסביב הבית גינה פרטית, מדשאות, צמחייה ופרחים המטופחים ב"אצבעותיו הירוקות" של גנן הבית. וכמובן - פינות ישיבה מוצלות להנאת הדיירים. רוח מסורת ישראל שורה על המקום בעזרת בית הכנסת בבניין, המכיל, כמובן, גם עזרת נשים, ומסיבות החג הנערכות על פי המסורת וההלכה.

לעבור לבית "גיל הזהב" אין פרושו להיעקר, אלא פרושו להיקלט במשפחה חמה, ולהמשיך לחיות טוב ובלי דאגות.

כדאי לבקר!!!

בית "גיל הזהב", ככר גולדמינץ, נתניה.

מאת יעקב מעגל

יחידי מסוגו בעולם

התכלויות לקשישים, הזנחתם וזלזול בטיפול בהם הינם נגעים שמצאו אצלנו, למרבה הצער, מקום של קבע. בירושלים הוקם בית מוגן לקשישים, המסלק מדייריו כל חשש, והוא היחיד בעולם המנוהל ע"י קשישים ונמצא בבעלותם. "מגדל נופים" - גם פרופסורים ואקדמאים מצאו שכאן לא יושלכו לעת זיקנה.

לא כל קשיש החי בקרבנו כיום יכול להניח ראשו על הכר בבטחה ולהירדם בתחושה שהמחר יהיה בטוח. מעין "מגדל נופים" בשכונת קרית-יובל בירושלים איננו עוד בית-אבות. זהו בית ש"מגן" על יושביו, המגיעים אליו רק לאחר שעברו ועדת קבלה. מדובר באנשים עצמאיים מבחינה בריאותית, המשוחררים מכבלי הבית ומתכננים את יומם כראות עיניהם, ואינם כפופים לסדרים כלשהם. החברה המתחזקת את הבניין היא בבעלות הדיירים, ואלה מקיימים אסיפות כלליות ובוחרים ועדות: ועדת כספים, ועדת תרבות, מזון, נקיון, בריאות ויחסי-ציבור.

דגש על בטיחות

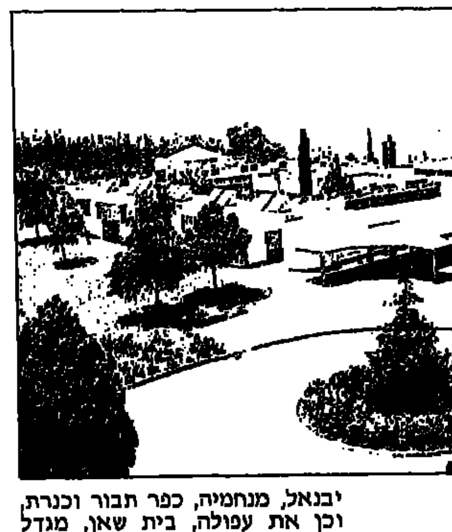
ב"מגדל נופים" 157 דירות מרווחות, המיועדות לזוגות ולבודדים. תמורת 200–280 $ בחודש, רוכשים הקשישים לעצמם חברה, דיור, תרבות ובעיקר בטחון. בין הדיירים ניתן למצוא פרופסורים, עורכי-דין, רופאים ואנשי אקדמיה. כל השירותים שהם נזקקים להם קיימים כאן: מינימרקט, מסעדות (חלבית ובשרית), אולם תרבות, ספריה, חדר תחביבים, מכבסה, בית-כנסת ושירות חדרים. מתכנני הבניין החדש, העומד על תילו ארבע שנים בלבד, שמו דגש קפדני על בטיחותו. לצד צרכי מגורים אלמנטריים כמו מקרר, כיריים חשמליים וטלפון (המשמש גם כמכשיר אזעקה), הותקנו בכל דירה גם ארבע נקודות אינטרקום, מסעדים בחדר האמבטיה ובשירותים, גלאי-עשן ונורה הדולקת אוטומטית לאורך כל הלילה.

מחלקה סיעודית – משוכללת בסטנדרטים גבוהים

מאתיים הדיירים ב"מגדל נופים" מתפקדים אומנם כאנשים בריאים, אבל גם בעיתות חירום יש להם במה לבטוח. לאחרונה הוקמה בבניין מחלקה סיעודית, ובה סגל רפואי גדול בהרבה מדרישות משרד הבריאות, והיא מעניקה שירותי חירום והחלמה 24 שעות ביממה: רפוי בעיסוק, פיזיותראפיה, אמבטיית ג'אקוזי, חדרי אשפוז ועזרה ראשונה. על הכל מפקחות אחיות מוסמכות ורופא מנוסה.

מוגש ע"י ארטל בע"מ מוספים מיוחדים במעריב 03-664194

מרכז שירותים לזקן בעמק — שילוב במעון הזהב



מאת: חנה אקרמן

כל הרשויות המקומיות בעמק, העירוניות והאזוריות התארגנו יחדיו כעמותה לצורך הטיפול בזקן ובעזרת א. הארצפלד ז"ל נוצר הקשר עם אש"ל (אגודה לקידום השרותים לזקן בישראל מיסודם של ג'וינט והממשלה) ובעזרתה הוקם בית האבות המרכזי בעמק הפועל בפיקוח משרד הבריאות ומשרד הרווחה. המוסד משרת שבע מועצות אזוריות בצפון הארץ, בית שאן, זבולון, יזרעאל, מגידו, עמק הירדן, הגליל התחתון, גלבוע, את המושבות יבנאל, מנחמיה, כפר תבור וכנרת, וכן את עפולה, בית שאן, מגדל העמק ונצרת עלית.

יוצאי צפון אפריקה לצד בני העליה־חשניה, מיזוג גלויות ותרבויות שונות חולקים בשניים עד ארבעה אנשים, חדר מרווח ואוורירי המשקיף לעבר נוף מרהיב עין.

לאחרונה הוקם אגף סיעודי חדש בן 50 מיטות במטרה לדלל את הצפיפות במחלקות הסיעודיות, ולהקטין את תור הנצרכים המחכים להתקבל למוסד.

במשלב שמים דגש מיוחד על שירות רפואי צמוד ברמה גבוהה ביותר. שני רופאים משרתים את המרכז במשך כל שעות היום ובכוננות, ביתר שעות היממה. כדי להקל על הקשישים המרותקים למיטתם, מגיע למקום צוות רב־מקצועי של רופאים מומחים. 24 אחיות, פיסיותרפיסטית ועובדים סוציאלים הדואגים למלא את מחסורם של הקשישים בכל תחום נדרש.

בשעות הבוקר מבלים דיירי משלב בפעילות תעסוקתית מגוונת. בכריכיה פגשנו בסבא וסבתא עסוקים מאד בכריכתם מחדש של ספרי ילדים השייכים לספרית בית ספר יסודי בעפולה. בתור המתינו ל"טיפולם" ספרים בלויים מספריות אחרות. שכנתם היתה שקועה בתפירת בובת חתול ענקית וקשישות אחרות ברקמה וארוגה צבעוניות.

שעות אחר הצהריים מוקדשות לפעולות תרבות: הרצאות בנושאים היסטוריים, שיעורי תנ"ך, הקרנת סרטים ושיחות בחברותא.

את הבוקר במשלב פותחים כעשרים מדיירי הבית בתפילת בוקר בבית הכנסת, שהותאם לצרכיהם המיוחדים – מושבים מעטים ומקום רב לתניית עגלות נכים.

מעורבות המשפחה בחיי הקשיש זוכה לתשומת לב מיוחדת. "ללא שילובם ומעורבותם של בני המשפחה לא ייתכן שיקום", מסביר אלי דרור, מנהל משלב, "אנו מהווים גורם משלים בלבד". מעקב מתמיד על תנועת המבקרים מסייע באיתור קשישים המקופחים על־ידי בני משפחותיהם וביצירת קשר מחודש עמם. "איננו מוכנים לשמש מלתחה לבנים המשאירים אצלנו את הוריהם וחושבים שבכך פתרו את הבעיה", מדגיש דרור.

אחת לשבוע מתכנס הצוות המקצועי ודן במצב הקשישים. קליטה חדשה מתבצעת בתשומת לב מירבית והגישה הטיפולית, השיקומית והנפשית נקבעת מראש על ידי הצוות הקולט.

במשלב יש כיום מיטות פנויות לקליטת קשישים חדשים מן האיזור לאחר אישפוז, אשר בידם הפנייה מבית החולים המרכזי בעמק של קופ"ח, היחידה להמשך טיפול. במשלב ממתינים להם, אולם מבקשים להדגיש בפני המעוניינים כי זהו מוסד הפועל ללא כוונות רווח.

לקראת העתיד קיימות תכניות לפתרון בעיית הקשישים העצמאיים הזקוקים לסדור מוסדי בצורת דיור מוגן של מגורים משפחתיים או בודדים.

התרשמנו בעיקר מן האויר, האווירה של העמק, הנקיון ונוף העמק הנשקף מן הבית.

המשך מעמוד 40

50 אחוזים מכלל הקשישים המאושפזים, מאכלסים 2500 מיטות ב־30 בתי חולים גריאטריים פרטיים בכל רחבי הארץ. למרות המאמץ התחיקתי המושקע בחוק ביטוח סיעוד, שמטרתו לסייע למשפחה לטפל בקשיש במסגרת הבית והקהילה, עדיין רבים הנזקקים לשירותיהם של בתי חולים כאלה.

התאמה מירבית של העובד למטופל.
★ סיעוד לקשישים, נכים וחולים.
★ תחזוקת משק־בית, נקיון ובישול – עם ובלי לינה.
רח' בן־יהודה 226 תל־אביב,
טל. 5462805/6, 494454.

הארכת תוחלת חיים כתוצאה מהתפתחות הרפואה ומהתזונה הטובה יחסית ממנה נהנית האוכלוסיה כיום, היא לעתים בעוכרי הפרט המזדקן, הנאלץ להתמודד עם בעיות ההופכות קשות יותר ויותר משנה לשנה. בניגוד למקובל בחברה המסורתית, בה זכה הקשיש למקום של כבוד בהיררכיה המשפחתית, חשים עצמם כיום קשישים רבים כנטל על בניהם, שאינם יכולים להקדיש להם את הטיפול ותשומת הלב שהם זקוקים להם.

היחידות לפסיכולוגיה של הזקנה הקמות במוסדות האקדמיים, מעידות על המצפון המתעורר של החברה, ועל הצורך העמוק לבדוק מהם התנאים שקיומם יבטיח ששנות הזקנה אכן יצדיקו את המושג "גיל הזהב", המתיימר לתאר אותן.

טיפול מונע, טיפול, טיפול משלים

מדינת ישראל בשנות ה־40 שלה, עדיין נמצאת בתחילת דרכה בכל הנוגע לרווחת הקשישים. אולם למרות שבכל הקיצוצים הכלכליים, הנפגעים הראשונים הם בני אוכלוסיה זו, נראה שמוסדות ציבוריים שהאוריינטציה שלהם חברתית, כביטוח הלאומי, הג'וינט, ארגונים וולונטריים שונים וכדומה, נותנים עתה דעתם לקשישים יותר מאשר אי פעם בעבר.

אחת הדרכים לסייע לרווחת הקשיש היא מתן טיפולים מונעים כהרכבת משקפיים וניתוחי עיניים, טיפולי שיניים ומכשירי שמיעה. כל אלה ודומיהם הם עזרים אשר באמצעותם יכולים חייו של הקשיש להמשיך ולהתנהל כסדרם, ולשמור על עצמאות יחסית. כיום גוברת המודעות לנושא זה, ומחלקות הרווחה ברשויות ובארגונים השונים עורכים מבצעי טיפול מונע לקשישים.

טיפול מונע מסוג שונה הם מרכזי התעסוקה לקשיש. מרכזים אלה יוצרים קשר עם מפעלי תעשיה, והופכים למעין "חברת בת" זוטא של המפעל. למי שפרש לגימלאות ועדיין כוחו במותניו, מהווה מסגרת כזו מחסום בפני שקיעה בדיכאון והוסר מעש, ובתחושת אובדן ערך וכבוד עצמי הכרוכים בהם. מן הראוי היה שהמשכורות המשולמות במרכזי תעסוקה אלה תהיינה תואמות במידה רבה יותר את המשכורות במשק.

עיקר הדאגה בשירותי הרווחה היא לקבוצת האוכלוסיה של בני 75 ומעלה, בעיקר משום שהזדקקות לטיפול בגילאים אלה גוברת, אם בשל מוגבלות בתיפקוד בסיסי, ואם בשל הידרדרות במצב, המחייבת אישפוז במוסדות סיעודיים. כל יזם העומד לפתוח בית אבות מחוייב כיום על פי חוק להקצות אגף לקשישים הזקוקים לטיפול סיעודי, מה שאמור לספק פתרון, ולו חלקי, למצוקת קשישים אלה. אולם בניגוד לעבר, פתחה המגמה לראות את המוסד כפתרון ראשוני, ומאמצים רבים מושקעים בניסיון לאפשר לקשיש להישאר במסגרת הקהילה, ולקבל שירותי תמיכה וסיעוד בביתו. על המתנדבים המסורים והפעילים ביותר נמנים אלפי הקשישים הפועלים במסגרת שירותי היעוץ לקשיש של הביטוח הלאומי, המשתלבים במערך האחריות ומספקים שרות רב ערך לקשישים אחרים.

גורם חשוב נוסף הוא השגת משאבים נוספים, חוק ביטוח סיעוד, כך מקווים העוסקים ברווחת הקשיש, יהווה מנוף לפיתוח שירותי סיעוד ושירותי כוח אדם של עובדים סוציאלים, מטפלות ורופאים גריאטריים, שיסייעו בידי הקשישים להמשיך ולנהל חיים שלמים במסגרת הקהילה.

בית אבות ... בע"מ פ"ת
בית מרגוע ומנוחה להורים
• טיפול אישי ומסור
• פקוח רפואי
• מטבח דיאטטי כשר
• פעילות חברתית מגוונת
• שירותים ומרפסת בכל חדר
• אפשרות לתקופות קצרות
רח' אלקלעי 5 עמישב, פ"ת
9321309, 9323339, 052-445336 בערב

אמבולנס ת"א
85
• העברת חולים ונפטרים בכל הארץ
שרותי קבורה ולוויות • פרסום מודעות
• סידור רשיון קבורה • 24 שעות ביממה
• מחירים נוחים
טל. המשרד – 660687 טל. מען: 258560

מט"ב

טיפול עם הרבה אהבה

מיליון וחצי שעות טיפול בשנה ניתנות ע"י 1200 זוגות ידיים עובדות, חמות ואוהבות העושות מלאכתן מכל הלב, עם מלה טובה, ליטוף או חיבוק. מטפלת, כמו אמא, כמו אחות, כמו דמות אוהבת שבאמת איכפת לה.

זהו המוטו המנחה של מט"ב – עמותה ציבורית לשירותי טיפול וסיעוד ביתיים לפרט ולמשפחה בקהילה, אשר נוסדה בישראל ב־1958, ביוזמת משרד הסעד ובשיתופם של משרד הבריאות, הסוכנות היהודית, מלב"ן, קופ"ח כללית, אירגוני נשים ומתנדבים אחרים. העמותה מנוהלת ע"י אנשי מקצוע מתחום שירותי הרווחה, נציגי ציבור ומתנדבים הרואים במתן שירותי טיפול ביתיים – נושא בעל חשיבות מקצועית וחברתית.

1200 המטפלות מעניקות יד מסייעת ואוזן קשבת במסגרת מאורגנת ומסודרת של 20 סניפים הפרוסים במרכז הארץ, בצפון ובדרום. לפני השתלבותן בעבודה, הן עוברות במט"ב קורסי הכשרה הנמשכים שלושה חודשים והכוללים הכשרה מעשית בבתי חולים, במחלקות פנימיות לילדים, במחלקות לשיקום ובמוסדות לטיפול בתינוקות. לימודים עיוניים הקשורים למיגוון התפקידים, כגון: כלכלת בית, יחסי משפחה, יחסי הורים–ילדים, בעיות זיקנה, בעיות פיגור שיכלי, בעיות הילד החריג, בעיות נכות פיסית או נפשית והיכרות עם מערכת השירותים בקהילה.

עמותת מט"ב תורמת, ע"י גיוס מטפלות והכשרתן, להגדלת כוח העבודה מקרב נשים, שאלמלא עבודה מסוג זה לא היו יוצאות את משק ביתן. כמו כן מעסיקה מט"ב גם גימלאים וסטודנטים. הנהלת העמותה אחראית להפעלת מערכת פיקוח והדרכה מקצועית, באמצעות עובדים סוציאלים ואחיות בריאות הציבור, המלווה את העובדים הסמך־מקצועיים בהדרכה אישית וקבוצתית. קורסים מיוחדים מתקיימים למטפלות חרדיות לטיפול באוכלוסיה החרדית, למטפלות עולות מאתיופיה ולמטפלות במיגזר הערבי.

העבודה המסורה, כך מסתבר, היא ענין שבהרגל במט"ב וראיה לכך אשתקד זכתה פיבי רביבו, תושבת אופקים, בת 41, אם ל־11 ילדים, עובדת מט"ב, במגן שר העבודה והרווחה בתחום השירות לקשיש. מט"ביות רבות אחרות זוכות באותות הוקרה ופרסים כספיים מטעם מערכות העיתונים במבצעים: "העובד המצטיין" ו"עובד ישראלי".

תחומי השירות במט"ב

הטיפול בזקן התשוש מתבצע בביתו, כדי לאפשר לו להישאר במסגרת המשפחה והקהילה. בדרך זו נדחית השמתו במסגרת מוסדית פנימיתית רק למצבים סיעודיים קשים. מאידך, מסייע הטיפול גם לשאר בני המשפחה, להמשיך לנהל סדר חיים תקין של עבודה, לימודים ועניינים שוטפים.

טיפול בחולים סיעודיים כרוניים או זמניים, **סיוע לנכים** – פיזית ונפשית; סיוע בטיפול בבעיות הפיגור השכלי; הקלה על המערכת המשפחתית בהתמודדות טובה יותר עם מצבי נכות שונים; טיפול בלידות רב־עובריות; עזרה לאימהות בשיפור תיפקודן במשפחה, בהתאם לצרכים כלכליים וחברתיים הדרכה זו ניתנת לזוג בתוך המערכת המשפחתית, במטרה לחזקן ולעצב את דפוסי התנהגותן האישית והמשפחתית. במקרים של העדר האם ומסיבות זמניות) ניתנת עזרה בטיפול במשפחה, בכל הנדרש להמשך תקין של אורח החיים המשפחתי.

"לולא העזרה שלכם – לא יכולתי"

"אינני יודעת כיצד הייתי עומדת במעמסת הטיפול באמי ז"ל, הן מבחינה פיסית והן נפשית, ללא עזרתכן. הבנות ששלחתן היו מסורות, מאומנות וישרות, עשו עבודתן בנאמנות ומסירות, תרמו לשלוות נפשה של אמי, הקלו על מכאוביה וטיפלו בה בחום רב. ככל שהחמיר מצבה של אמא, הערכתי יותר את עבודתן, שנעשתה בצורה מקצועית, ואת הידע הרב שגילו. היכולת להישאר בין כותלי הבית, לקבל את חום המשפחה ולזכות בכבוד ואהבה עד הרגעים האחרונים תלויה בשירות, והיום אני יודעת כי אין תחליף לשירות שמקבל האדם התשוש והסיעודי ממטפלות מט"ב".

מכתב זה הינו אך אחד מאלפי מכתבים המעידים על תשומת הלב המיוחדת המוענקת לקשיש במט"ב. תבדידות, התשישות, תחושת חוסר האונים ולעומתם – הרצון להזדקן בכבוד, תובעים מהמטפלים גישה מקצועית ודרכי טיפול מיוחדות. הפניות הרבות של קשישים ומשפחותיהם לעמותה, מעידות כי מט"ב מאפשרת שרותי טיפול מקצועיים ואמינים לשביעות רצונם הרבה של הנהנים משירותיה.

גיל הזהב
עריכה – שושי שמיר
מערכת – חנה אקרמן, פנחס שמיר, טלי בינדר
עריכה גרפית – חלי מימון
צילומים – קרינה
הפקה – ארטל מוספים
מיוחדים ב"מעריב" טל. 03-662885

מעון גיל הזהב
בית חם לקשיש

בלב המושבה – במקום שקט
• מעון לקשישים עצמאיים ותשושים קל
• יחס חם וביתי
• טיפול מסור 24 שעות ביממה
• חברה מתאימה ומהנה
• פעילות חברתית מגוונת
• מטבח עשיר־אוכל דיאטטי
• השגחה רפואית צמודה
• אירוח לתקופות קצרות, ולשם החלמה
• כדי להאמין צריך לבקר ולהיווכח
מעון גיל הזהב – סוקולוב 38
רמת־השרון טל. 03-473293

"אדם לשרות אדם" – אנוש(בע"מ)
החברה הסיעודית הגדולה ביותר בארץ
שרותי אחים/יות, מטפלים/ות, מלווים/ות, חונכים, עובדים סוציאליים, שרותי אמבולנס, לחצני מצוקה לקשישים, סעד נפשי ועזרה לנכים.
מוקד טלפוני לקריאות חרום 24 שעות ביממה
רח' ירמיהו 7 תל־אביב
מיקוד 63507 טל. 5464395, 5464815, 03-5464293,

חשוב – לכבדי שמיעה
נמצא מכון אודיולוגי לבדיקות שמיעה והתאמת מכשירי שמיעה

במכוננו מתאימים מכשירי שמיעה נסתרים בתוך תעלת האוזן ומכשירים נסתרים מאחורי האוזן ע"י אודיולוגיות מוסמכות.
מכשירי שמיעה בתוך תעלת האוזן נעשים באופן אינדיבידואלי ע"י התאמת אודיוגרמת הנבדק,וגודל תעלת האוזן(אין צורך לחכות ½ שנה בתור כפי שקיים היום בבתי חולים).
כמו כן ניתן לקבל את המכשיר לנסיון לשבועיים.
מחיר המכשיר כולל הכל 700 ש"ח.
כמו כן, אנו מספקים את כל סוגי אביזרי עזר לחרשים, שעון מעורר, מגבר לטלוויזיה, מגבר לטלפון, מגבר להורים חרשים וכו'.
לקביעת תור נא להתקשר: 03-201579 או 03-203992.
"מדטון" בן יהודה 60, ת"א.

גיל הזהב

מאת חנה אקרמן

התנדבותן של אלפי חברות נעמ"ת סובבת את מעגלים של עזרה ליחיד, למשפחה, לקהילה ולחברה, כשהאכפתיות והעזרה ההדדית מנחות אותן למעורבות חברתית ולרצון לתיקון ושינוי. בנוסף להשתלבות בפעילות בארגונים ציבוריים הלאומיים, כמו איל"ן, אקי"ם, המועצה למניעת תאונות דרכים, האגודה למלחמה בסרטן ואחרים, מפעילה נעמ"ת מספר פרוייקטים ייחודיים.

קו הקשר הטלפוני לקשישים בודדים מאחד מאות מתברות הארגון. גימלאיות בודדות שחשו, לאחרונה, כי נזנחו מעט. ברוב הסניפים, ובעיקר בירושלים, רמת־גן, פ"ת וגבעתיים התחלקו החברות לתוליות. מדי בוקר מתקשרת כל חברה לשתיים אחרות כדי לוודא כי מצבן שפיר וכי אינן חסרות מאומה באותו יום. זהו פיתרון לסיוע לבדידות, ולציפיה ש"מישהו יפתח את הדלת", שלעיתים קרובות אין מי שימלאה.

[illegible]

פרוייקט ייחודי נוסף לנעמ"ת הינו אימוץ ילדים בגיל הרך הזקוקים להעשרה מיוחדת, במסגרת מעונות היום. מטרתו – חיזוק ועידוד ילדים המגלים נטיות להתבודדות וחוסר הסתגלות, אחת לשבוע.

סייעות נשות נעמ"ת למעונות, ובהתאם להנחיות המנות הן מעניקות תשומת לב לזאטוטים.

הפרוייקט פועל בחיפה, תל־אביב, פ"ת, חולון, בת־ים וכפר סבא. המתנדבות זוכות להדרכה מקצועית בתחומי חינוך שונים.

הלישכה נגד אלימות במשפחה פועלת בשישה סניפים בארץ. קו טלפון פתוח מאוייש מדי יום על־ידי נשות מקצוע המוצפות באלפי פניות בשנה. השאלות האנונימיות מתגלות, לפחות במחצית המיקרים, כנשים במצוקה הזקוקות לעזרה דחופה. במקרה הצורך, ניתן לקבל בלישכה גם סיוע משפטי.

קבוצת המתנדבות המצטיינת לשנת תשמ"ז היא זו המפעילה את מרכז הסיוע לנשים ברעננה,

מזכ"ל נעמת עם ילדים אתיופים בלונה־פארק – ביום כיף שעשתה נעמת לילדים

[illegible]

אחד מארבעה מסוג זה הפועלים בארץ, אולם היחיד שכולו על טהרת ההתנדבות, והמופעל על־ידי נעמ"ת.

קבוצה אחרת פעילה בשיפוץ מיקלטים, במירפאות קופ"ח, בסיוע בשמירה על הסדר, במרכז לאישה ולמשפחה בר"ג, בסיוע למשפחות [illegible] בקריית [illegible] ותיכון ומורות מתנדבות [illegible] בקהילה [illegible] בבית ס

בשיתוף עם הוועדה לשיקום האסיר פיתחה נעמ"ת תכנית לשיקום אסירות במסגרת בית הסוהר נווה־תרצה, שמטרתה הדרכה לקליטה מחודשת בחברה חצי שנה לפני מועד שיחרורה הצפוי, נפגשת האסירה עם החונכת שלה המלווה אותה בקליטה במקום העבודה, בניהול משק הבית לאחר שנים של ניתוק, בקשר עם הילדים ועם הסביבה בכלל. חידוש נוסף של נעמ"ת – חדר תינוקות בין כותלי הכלא לאסירות־אימהות.

המיגזר הערבי זוכה לתשומת לב מיוחדת נציגת נעמ"ת, ערביה תושבת הכפר בקה אל־גרביה, המעורה בחיי האישה הערביה, פיתחה תכנית לאסרטיביות המותאמת לצרכיה. וכמו כן פרוייקטים משותפים ליהודיות וערביות המסייעים לשיתוף הפעולה ביניהן.

[illegible]

בשנת הל"ט למדינת ישראל, שהיא שנת הל' לאשדוד, זכה הסניף המקומי ב"פרס ההתנדבות ע"ש בבה אידלסון", המוענק זו השנה העשירית. סניף אשדוד מצטיין בקליטת עליה, וקליטת עולי אתיופיה שם זכתה להצלחה רבה. עדות לכך היא העולה מאתיופיה ששוגרה השנה כצירה לועידת נעמ"ת. באשדוד פועלת בהצלחה חנות "בגד זול", המאפשרת רכישת בגד משומש שהותקן ללבישה מחודשת, במחיר זול ונוח לכל כיס. פרוייקט זה מופעל בכל הארץ, והצלחתו גם בכך שהפחית מן הבושה וההסתייגויות שבלבישת בגד משומש. פרס ההתנדבות לנוער הוענק השנה לתלמידות התיכון המקצועי בטבריה.

בחלוקת "אות למתנדב" בבית הנשיא, זכו השנה שתי חברות נעמ"ת, על פועלן בתחום העליה והקליטה.

מסכת ההתנדבות בנעמ"ת לעולם איננה אומרת "די". כל העת עולים רעיונות חדשים ומתפתחים תחומי התנדבות נוספים.

מטרה מספר אחת בנעמ"ת הינה "עשיה" ותמיד – בגדול.

נשות חרות – נשים של פלדה ומשי

"נפש האשה ארוגה מחוטי פלדה וחוטי משי" – אימרה זו של זאב ז'בוטינסקי מגשימות חברות ארגון נשי חרות בפעילותן הדורשת מהן כוח נפשי רב, מאמץ בלתי נלאה, מעשיות נבונה וגם הרבה רצון טוב ורגישות אין קץ.

מאת: חנה אקרמן

הארגון נוסד עם הקמת המדינה ומונה אלפי חברות. עד לפני כשנה שימשה כיו"ר הארגון, אידה קפלן, אשר מילאה תפקידה נאמנה במשך שנים רבות. כיום עומדת בראש הארגון ח"כ מרים גלזר־תעסה.

לארגון מרכז המאגד בתוכו נציגות מכל אזורי הארץ. יו"ר הארגון היא הגב' חולדה גורביץ. אלפי פעילות, בסניפים הפזורים ברחבי הארץ, שולחות ידן בתחומים רבים ומגוונים אשר המשותף להם הינו סיוע במישור החברתי והחינוכי, כשעיקר המטרה הינה מעורבות פעילה לצמצום הפער החברתי, והקלה משמעותית על חיי האשה.

מעון ראשון בישראל ע"ש אידה נודל – בבנימינה

תחום פעילות מרכזי הינו מעונות היום. ב־22 מעונות יום הפזורים מקצרין ועד קרית־גת מבקרים גילאי חצי שנה עד שלוש שנים, ומאפשרים לאימותיהן לצאת לעבודה. מעון לילדי עולים מאתיופיה פועל בכפר־סבא. בשנה הבאה ייפתח בבנימינה מעון־יום הנושא את שמה של אסירת־ציון אידה נודל, כביטוי הוקרה על מאבקה העיקש למען תרבות יהודית. בבריה"מ ומלחמתה לעלות לישראל.

במעון לחריגים ע"ש עליזה בגין ביפו שוהים 20 חוסים בני 18 ומעלה אשר לא נמצא להם סידור הולם במסגרת אחרת, ומשפחתם מתקשה בטיפול שוטף בהם. נשות הארגון העובדות במקום מקדישות מזמנן ומטפלות בחוסים במסירות נפש בלתי־נלאית. בראש מפעל מעונות היום עומדת גב' ליפשה זמסון, והמנהלת בפועל היא רות בן־שחר.

מפעל הקייטנות לאמהות ברוכות ילדים – בן 10

700 אמהות ברוכות ילדים ישתתפו גם השנה בשלושה מחזורי הנופש שיועדו עבורן. לרבות מהן תהא זו הפעם הראשונה בה ירד מהן עול הטיפול במשפחה ולו לארבעה ימים.

במעון הקשישים בבת־ים, מבקרים 700 קשישים תושבי העיר, המבלים שם בפעילות מגוונת בבוקר ואחר הצהרים, ונהנים מסופי שבוע מאורגנים מצפת ועד אילת. הרוח החיה בקייטנות לאמהות ברוכות ילדים ובמעון הקשישים היא גב' עליזה ירושלמי, אשר זכתה אשתקד ב"אות המתנדב" מטעם שר העבודה והרווחה, מר משה קצב.

הסיוע לקשיש אינו מסתיים כאן. מתנדבות רבות מבקרות בבתי קשישים בודדים. מחסן הבגדים המופעל על־ידי נשות חרות מספק בגד לנזקקים אשר ידם אינה משגת רכישת בגד חדש.

לנשות חרות פינה חמה לצה"ל. פרט לנציגות בוועד הארצי למען החייל, לוקחות החברות חלק באימוץ יחידות צבא על ידי הרשויות המקומיות, וכן בעבודה במחסני חירום של משרד הבטחון ובסיוע למשפחות שכולות. מתנדבות אחרות מאמצות פצועי צה"ל במחלקות השיקום בבתי החולים השונים, ומגישות יד מסייעת ומעודדת. בראש פעילות התנדבותית זו עומדות הגב' אסתר רוזלר, חולדה גורביץ ואחרות.

חברות רבות פעילות למען יהודי בריה"מ, שותפות למאבק ועוזרות בקליטת עולים. נציגת הארגון במועצה הציבורית למען יהודי בריה"מ היא גב' שרה אולקיניצקי.

כיתה במעון ילדים

במישור הרעיוני, כזרוע של תנועת החרות, פועל הארגון להוראת רעיונות התנועה בקרב נשים בישראל, ולהגברת המודעות הלאומית והמדינית של האשה. אחת לששה שבועות נפגשות החברות באירוע משותף, ומדי שלושה שבועות הן מאזינות להרצאה בנושאים מדיניים, חברתיים ותרבותיים. החברות נאבקות לייצוג הולם במוסדות התנועה, עניין שכל שרי התנועה מסכימים לו, וכל חברות הארגון מצפות לשינוי משמעותי, ולמתן ייצוג נשי של 25% בכל מוסדות התנועה.

רבות מחברות הארגון זכו באותות מופת והתנדבות. בשנתיים האחרונות זכו באות "יקיר תל־אביב" הגב' ליפשה זמסון והגב' אסתר רוזלר.

"החברה נמדדת לא בהישגים המדעיים והטכנולוגיים בלבד, אלא ביחסה לחלש ולנמצא בשולי החברה", מסכמת ח"כ מרים גלזר־תעסה, יו"ר הארגון: "ההשתייכות המפלגתית איננה משחקת כאן תפקיד. כשאת מעניקה מעצמך, מזמנך וממחשבתך לזולת, המחיצות נופלות. הכל מתגמד ליד הצרכים ולנוכח הרצון להושיט עזרה".

מוגש ע"י ארטל בע"מ מוספים מיוחדים במעריב 03-664194

אמונה – תנועת האשה הדתית לאומית

ותיקות "אמונה" זוכות לאושר ואור

־25 מועדונים של "אמונה" ברחבי הארץ, נערכת פעילות ענפה לחברות הוותיקות, אשר בחלקן היו בין מניחות היסוד לתנועה ופועלות בה עשרות בשנים.

"בשלוש השנים האחרונות, עושה אמונה את המירב, כדי לסייע לחברות ב"גיל הזהב" להתמודד עם הבעיות שלהן, חברתיות בעיקר, הנובעות עקב גילן, כאשר הבדידות הינה הקשה ביותר", זאת מסרה הגב' מרים יקיר–שקופף, מנהלת המחלקה לארגון של "אמונה", והאחראית לתיפעול המועדונים ותוכנם המיוחד.

[illegible]

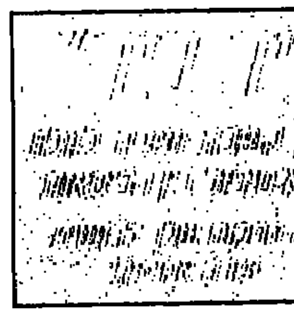
החברות הוותיקות גידלו את ילדיהן שפרחו כבר מן הקן, או פרשו לגימלאות אחרי עשרות שנות עבודה, וכיום הן פנויות יותר לפעילות חברתית מותאמת לגילן.

"אמונה" מנסה למלא את זמנן הפנוי של חברותיה בתכנים מיוחדים והולמים, כמו: מסיבות "סעודה שלישית" ולימוד פרשת־השבוע, מסיבות ראש־חודש וחגים, אירועים חברתיים, חוגים למלאכת־יד, התעמלות בריאותית, קורסים שונים ועוד.

"אמונה" מארגנת עבור חברותיה הוותיקות טיולים וסיורים במפעלי החינוך של אמונה, בהם מתקבלות הן בשמחה, אהבה ותודה, על המפעל הגדול שהוקם על היסודות אשר הונחו על־ידן. בחודשי הקיץ משתתפות חברות "גיל הזהב" בקייטנות מיוחדות, שחן שילוב של מיפגשים חברתיים מהנים ומנוחה.

ביום הולדתה – זוכה כל חברה לרגע של אור ואושר – כאשר מקבלת היא ברכת מזל־טוב, בצירוף פרח. בחנוכה תשמ"ז זכו לראשונה 250 חברות "אמונה", לתואר "יקירת אמונה", על פעילותן המסורה והרצופה, במשך עשרות שנים. היה זה מראה מרהיב ומרגש, כאשר מאות החברות מכל סניפי הארץ ומן ההתיישבות הדתית עלו לירושלים, עם משפחותיהן, לקבל את העיטור שבא לציין ולהוקיר את ותיקות התנועה על פעליהן המבורכים.

הנהלת התנועה תחלוק כבוד לפעילותיה, מדי שנתיים, בחלוקת אות "יקירת אמונה" על פעילותן בתנועה ולתפארת מדינת ישראל.



יד ביד

יד עזרה

לזולת משענת

לב פתוח

אוזן קשבת

מאת: חנה אקרמן

על קו הטלפון של אגודת "יד ביד" נשמע קולה הבוכה של אשה: "בעלי מת ונשארתי בלי כלום. יש לי שלושה ילדים. אין לי עבודה. היום יום שישי ואין לי פרוטה לקנות אוכל לשבת. בבית אין כלום. אני רוצה למות, אני אתאבד..." אוכל הובא לביתה והיא נשלחה ללמוד קורס מקצועי שיסייע לה. במשפחה המונה ארבע נפשות, האם אינה מתפקדת, הבעל חולה סרטן, 2 תינוקות בבית. המשפחה מתגוררת בדירה ללא גג, ללא חלונות ודלתות, פרוצה לרוחות וגשמים. מתנדב תיקן את החלונות, לאם סודרה עבודה במשק בית והמשפחה שבה לתפקד. סטודנטית יתומה וחסרת בית מבקשת להמשיך ללמוד. הפיתרון: עבודה אצל זוג קשישים ומילגת לימודים. וזהו מידגם מיקרי בהחלט. אגודת "יד ביד" משמשת לכל אלה כתובת מסייעת מיידית.

700 מתנדבים הפועלים בחמישה סניפי "יד ביד" ברחבי הארץ מושיטים עזרה מעשית לכ־100 מקרים מדי חודש. 360 מבין המתנדבים הם אנשי מקצוע: פסיכולוגים, עובדים סוציאלים, אחיות ציבור ויועצות חינוכיות בבתי־ספר.

בראש אגודת "יד ביד" עומדת הגברת שלי חושן, פסיכולוגית, אשר לאחר שלושים שנות עבודה בבתי־ספר, פרשה לגימלאות והחליטה להקים עמותה לטובת הציבור. המוטו של "יד ביד" הינו מתן עזרה ראשונה חד־פעמית למשפחות וילדים הנקלעים למצוקה זמנית, ואשר סיוע מעין זה הניתן על־ידי האגודה עשוי להחזירם למעגל חיים תקין. "איננו באים במקום או במקביל לשירות הסוציאלי, אלא מנסים לחסוך מאותם אנשים את האפשרות להיכנס למסגרת הנזקקים לו", מסבירה שלי חושן, אשה נמרצת ותכליתית, שמלה שלה – מלח והבטחה – הבטחה.

כשהיא מחליטה משהו – שום דבר לא יעצור אותה בדרכה לגיוס המתנדבים ("אני מרצה בקורסים לפרישה – ותמיד יוצאת משם עם 'שללי נחמד'") וכמובן – בגיוס תרומות. יודעי דבר אומרים שקשה מאוד לומר לה "לא".

"אוזן קשבת" לילדים

24 שעות ביממה מפעילה אגודת "יד ביד" את שירות "אוזן קשבת" – קו פתוח למצוקותיהם של ילדים ובני נוער (טל: 03-226027). הילדים הפונים מכל שכבות האוכלוסיה קובלים על מעמד נחות בבית הספר, חוסר תשומת לב, אלימות הורים, בעיות מין, פחדים, והתאבדות. לעיתים, מתקשר גם ילד מבוהל הנמצא לבד בבית ומספר: "אני מפחד עכשיו, מה לעשות?" קו פתוח להורים (טל': 03-222732) פועל פעמיים בשבוע בימים ב' ו־ה' בין השעות 17.00–20.30.

סדנאות מיוחדות בנות עשר פגישות מתקיימות להורים וילדים ביחד ולחוד ולמשפחות חד־הוריות. ההרשמה במשרדי האגודה.

אירועים שנתיים ותורמים אלמונים ברחבי העולם מסייעים במימון ניתוחים דחופים ומסובכים לחולים חסרי אמצעים אשר "קרן 'יד־ביד' להצלת חיי אדם", הינה מקור העזרה האחרון האפשרי במקרה שלחם.

רשת מתנדבים הפרוסה בלונדון, צרפת, ארה"ב, גרמניה והולנד מסייעת לחולים בקליטתם במרכז הרפואי ומלווה אותם עד לשיבתם לארץ. הקשר הישיר עם הנזקק והמעורבות האישית – עושים את שלהם ובהצלחה מרובה.

אחת לחודש פונה שלי חושן מעל גלי האתר, במסגרת התכנית "ביקור בית", מציגה מקרים ופונה לעזרת הציבור. המאזינים לעולם אינם נשארים אדישים.

מאות מכתבי התודה המגיעים מדי יום משמשים כעדות נאמנה למעשה הנפלא של "יד ביד". לא תראו שם נשים בטלות המעבירות זמנן בפיטפוטי סרק, אלא קן של נמלים חרוצות הנושאות על גבן את בעיות הזולת, אבל – עם המון אהבה.

שלי חושן – יו"ר "יד ביד"

אמבולנס רז"א
85
העברת חולים ונפטרים בכל הארץ • שרותי קבורה ולוויות • פרסום מודעות • סידור רשיון קבורה • 24 שעות ביממה • מחירים נוחים
טל' המשרד – 660687 טל' מעון 258560

מוגש ע"י ארטל בע"מ מוספים מיוחדים במעריב 03-664194

אילנה באום

ענין של תדמית

נעמי בנצור. החלק האמיתי שלה. צילום: שלגיה ורד.

[עמי בנצור, נחושה ונמרצת, פתוחה ונעימה. האם היא עובדת על עצמה או שזו היא עצמה באופן טבעי? מלוס־אנג'לס לישראל, כדי להביא בפנינו את ספרה שאין לו קשר עם עולם הדיפלומטיה ממנו באה.

[עמי בנצור. שנתיים לאחר "הורים נגד שתיקה". נרמה כי היא משנה קצת תדמית. מנסה להכניס יותר רוך לתנועות הידיים, כאילו משתדלת להמיס את התוקפנות הטבעית ביותר ניבוחות. בצילומים מן התקו־פה הסוערת ההיא של ההפגנות נגד מלחמת לבנון מופיעה בנצור תמיד בשפתיים חשוקות. היא משקיעה הרבה מאמץ כדי לא להבליט את זה. עגילים גדולים בצבע סגול עז, התואמים את אחד מגווני הפסים של חולצתה, אמורים להסיח את הדעת ממה שלא ישרת עכשיו את התדמית של יועצת־תדמית נחושה ונמרצת, אך גם פתוחה ונעימה.

ביום שישי גם תראו אותה ב"סיבה למסיבה". מאינ־סוף קטעי וידיאו בהם הצטלמה כחלק מייעוץ בנושאי תדמית ללקוחותיה, היא כבר יודעת יותר טוב מכל צלם איזו זווית תחמיא לה. מן ההכרות השטחית בינינו - ראיון בן כשעתיים – ומספרה החדש "עניין של תדמית" היוצא עתה לאור, ברור לגמרי כי היא לא תשאיר את זה ליד המקרה. לפני שתצטלם תדווא נעמי בנצור שהתצלום לא יקלקל את התדמית שלה, אלא ישרת את האינטרסים שלה.

נעמי הגיעה לישראל לחופשת מולדת של חורש: השאירה את בעלה איתן והבן הצעיר דן בלוס אנג'לס, שם משמש איתן בנצור כקונסול כללי. לבנצורים עוד שני בנים. סיבת בואה: ספרה "עניין של תדמית" יצא השבוע לאור בהוצאת זמורה־ביתן. הספר, מפתיע בהיקפו, יכול להתחרות ב"איך תרכוש ידידים והשפעה בחברה" של דייל קרנגי, שהיה אחד הלהיטים החמים בשנות השבעים.

הספר של בנצור עוסק בעיקר בניתוח ובמתן עצות בנושאי תדמית בתחום הקריירה, אך אינו מתעלם גם מן החיים האישיים. מסע יחסי הציבור לספר אמור לשרת מטרה רחבה יותר: הקמת מכון, ראשון מסוגו בארץ, לייעוץ תדמית. עד כה עסקה בנצור במתן ייעוץ תדמית למפעלים וליחידים במגרש של הלקוח. מעתה יוכלו הלקוחות לבוא אליה ולהעזר בשרותי צוות שלם, אותו היא תאמן.

בספרה "ענין של תדמית" מתמקדת בנצור בעיקר במסרים הלא־מילוליים. לא אחת יש פער גדול בין המסר המילולי שלנו לשפת הגוף, ללבוש, לקול ואפי־לו למבנה הגוף. אני מבקשת דוגמה. בנצור נזכרת במנהל בכיר במשרד ממשלתי. למרות שהמסרים שלו היו ממוקדים וברורים, היתה לו בעיה באכיפת סמכות. היו הרבה התנגשויות עם הכפופים לו. האיש, אינטלי־גנטי ושולט במקצועו, לא הבין מדוע. הוא הגיע לבנ־צור לייעוץ.

"מהרגע הראשון הבנתי מה הבעיה שלו – אבל לא אמרתי. צילמתי אותו בוידיאו. הוא היה המום ממה שראה: תנועה בלתי רצונית של הוצאת והכנסת לשון לעתים תכופות. האיש לא היה מודע לזה כלל. ברגע שראה הבין ושיתף פעולה יוצא מן הכלל. תוך זמן קצר הצליח להתגבר על כך וגם דיווח על שיפור ניכר בתיפקוד בעבודה".

בנצור מנתחת בסיפרה כל פרט ופריט משפת הסת־רים הלא לגמרי מפוענחת, ששמה מסרים בלתי מילו־ליים. אינה מסתפקת בתאוריה. נותנת גם עצות פרק־טיות, איך להתמודד עם מסרים שאינם משרתים את המטרה המוצבת לפניך. לענין התדמית הגיעה נעמי בנצור בעת שליחות קודמת בארה"ב, לפני כעשר שנים. עבודת הסיום בקורס ליועצי תדמית היתה לראי־ין את המורה. כל הראיונות שקיימו התלמידים עם המורה הוקלטו בוידיאו. בתמור המוקלט צפתה כל הכי־תה. האנשים ניתחו את מה שראו. על הראיון של נעמי בנצור אמרו "גם לברברה וולטרס יש מה ללמוד כאן".

"זה מאר החמיא לי. הרגשתי עם זה נהדר", מחייכת בנצור. את הכשרון הזה החליטה להפוך למקצוע. האי־מון הראשון היה בארה"ב, על חברים מן החוג. משנת 1981, כשחזרו מהשליחות בוושינגטון ארצה, (איתן בנ־צור כיהן שם כיועץ מדיני בשגרירות), עוסקת במתן ייעוץ תדמית במקצוע. עתה, החליטה ללכת צעד אחד קדימה ולהקים גם מכון. במכון יתנו יעוץ לפוליטיק־אים, אנשי עסקים, ולכל מי שמעוניין ביצירת תקשורת טובה יותר לקידום מעמדו האישי והמקצועי.

המכון יבנה כך, שתהיינה בו אפשרויות תרגול של ראיונות באולפן טלוויזיה, נאומים בפני קהל מעל דוכן נואמים, הכנה לראיון לקבלת עבודה ועוד. כל המועמ־דים יוקלטו בוידיאו. הוידיאו מאפשר ללקוח לבקר את עצמו ולהסיק מסקנות: איפה צריך להשתפר והאם עמד במשימה.

הכוונה של בנצור היא לחלק את השנה שנותרה למשפחתה עד תום השליחות הנוכחית, בין לוס אנג'לס לישראל: חלק מזמנה וכתקופות המתוח יותר בשרות הדיפלומטי) תעשה בישראל, בניהול המכון. חלק מהר מן תהיה בלוס אנג'לס.

עד לפני שנה אסור היה על נשותיהם של ראשי נציגויות בחו"ל לעבוד. הוראה זו שונתה מאז. גם במש־רד החוץ האמריקאי נהוג היה להתייחס לאשת דיפלו־מט כמו בשרות החוץ שלנו, "אבל הנשים שם ניהלו הרבה מאבקים והעניין שונה", מסבירה בנצור.

מרווח חמש השנים בין שליחות לשליחות הוקדש, בצד עיסוקיה בנושא בנין התדמית־של־אחרים, לפרוי־קט אישי יותר: שני הבנים הבוגרים שירתו בלבנון, ביחידות קרביות. מאחורי ההופעות הפומביות הנחרצות של נעמי, כדוברת הלא־רשמית של "הורים נגד שתי־קה", הסתתרה אם יהודיה רכה ודאגנית, המגיעה עם ריכבה וסל פיקניק אל אותם המקומות שם יכולה היתה להיפגש עם ילדיה. "זה יהיה לגמרי לא פשוט כאשר אצטרך להתמודד עם זה בפעם השלישית", כך נעמי, המסירה מעליה את התדמית של נותנת־העצות־בת־חום־הקריירה, והבעת פניה משתנה בן־רגע לאמהית. אילו צפתה בעצמה בוידיאו של אותו הרגע היתה בוור־אי יועצת לעצמה למתן את רגשנותה. לא לזה מצפים מאשת קריירה.

דירתם של הבנצורים, בכל אחד ממקומות השירות שלהם וגם מעון הקבע שלהם בירושלים, היא בית ועד לאנשי תקשורת ולידידים משירות המדינה. נעמי, בע־בר מבקרת אמנות, הצליחה ליצור נווה חם המזמין את האורח להישאר עוד ועוד בחדר המגורים המאוכלס בפריטי ריהוט עתיק וחפצי אמנות. סגנון האירוח שלה הוא נונשאלאנטי־טבעי שאינו פוגם בכללי הטכס. לא, אין זה חלק מן התדמית. זה החלק האמיתי שלה.

נעמי, המומחית לתדמית, יודעת מה טוב ומה פחות טוב עבורה. אין היא מנדבת את קטע הארכיון, המספר כי "שולמית שמיר סירבה ללחוץ ידה של אשת קונסול ישראל בלוס אנג'לס, נעמי בנצור". היתה תקרית והיא הולכת ונשכחת. עוד ספיח של מלחמת לבנון. כעת נעמי ממקדת את מירצה בפרק חדש בחייה. ■

מועדון צרכנים לקוראי מעריב

צרכנות נבונה

כל אחד זוכה!

20.034 פרסים!

הקניה המשתלמת בעיר

להיט

בגדים ורווי חלוקים, כותנות, לבני נשים

מבצע הנחות סוף עונה

* גוטקס * אוברזון * פילפל * דיוה * סמאט

שד' קוגל 38, חולון, טל: 860036

המכירה:

• המפעל: דרך פ"ת 128, טל: 219558

• חנות המפעל: רח' אבן גבירול 167, טל: 5463018

פתוח רצוף מ־9.00 עד 20.00 בערב

על כל קנית מקבלים כרטיס חיש־פרס במתנה – כל אחד זוכה (בין הפרסים טיסות לחו"ל, סופי־שבוע, וידאו, וכו'...)

מבצע לחודש ימים 40% הנחה ממחירי המפעל זהב — יהלומים

יוסי ויוסי המקום הנכון

ארוחות עסקיות

מסעדה כשרה בהשגחת הרבנות הראשית

מבחר מגוון לאניני טעם מתוצרת עצמית

סלטים, בשרים על האש, משקאות ומנות אחרונות

שכונת התקוה, רח' האצ"ל 85 טל: 03-371839

גומי תל־אביב

מוצרי גומי ופלסטיק

יצרני ומשווקי גומי לרכב, תעשיה וחומרי אטימה

תל־אביב — ויו' יצחק שדה 34 (בפסז'), ת.ד. 51637, מיקוד 67212

טלפונים – 337135 – 337221 – 03-332402 – 339457

אבו חאלד מזמין לארוחת דגים

ב־12 ש"ח בלבד!!!

לכל 4 סועדים בקבוק יין משובח על חשבון הבית

בואו כבר הערב או לשבת צהרים ותמיד באמצע השבוע

דרך הטייסים (תחנת הדלק יוראמקט) טל: 03-766938

כשר

בהנהלה חדשה "יוקי"

* הסוף לעבודה קשה במטבח!!!

* אוכל טרי פיקנטי מוכן

* קובה * סיגרים * קנטקי

* פשטידות וסלטים למיניהם

* עלי גפן ממולאים * מוסקה * אגרול

חנות המפעל - שד' דוב הוז 22 חולון

טל: 886253

עדנה כצנלסון,
פסיכולוגית חינוכית קלינית

תנו להם לעבוד

בעבודה בחופשה יכול ילד ללמוד את חוקי עולם המבוגרים, ולהבין שללא למידה הוא עלול "להיתקע" בעבודה מונוטונית.

בשנים האחרונות נתקלים אנשי חינוך בתופעה שלא היתה מוכרת כמעט בעבר אלא השכבה מצומצמת מאוד – הורים מסרבים שילדיהם המתבגרים יעבדו בתקופת החופשה. (בקיבוצים אגב, תמיד עובדים ילדים בחופשות – גם ילדים צעירים יחסית). להורים נימוקים שונים: קשה להשיג עבודה, משלמים מעט, הוא עבד כל כך קשה כל השנה – מוטב שינוח; בבית יוכל לעזור לי יותר, הוא עלול לא לרצות לשוב ללימודים, נצטרך להתחשב בו בתכנון החופש שלנו – ועוד טיעונים כהנה וכהנה.

באשר לטענה "שקשה להשיג עבודה" – מתברר שבלשכות עבודה לנוער מציעים עבודה לפונים, ואם הנער ונערה אינם בררנים – סיכוייהם לעבוד טובים. גם העיתונות גדושה הצעות: לזה יש להוסיף יוזמות פרטיות – שמרטפיות, קייטנות לטף, רחיצת מכוניות, מילוי מקום של עובדים היוצאים לחופשה, וכן אפשרויות לעבודה התנדבותית – במגן דוד אדום (לאחר קורס), עם קשישים, בבתי־חולים, באגודות "אח בוגר" לעזור לילדים שאין להם אב; ועוד.

יש לקחת בחשבון, שנערים ונערות מתבגרים אינם ששים לעתים קרובות לעבודות הבית ומילוי מחויבויות אלה כרוך במתח ובכעס (אינך לומר ואינך עוזר לי!). הם יצאו ביתר רצון לעבוד מחוץ למסגרת המשפחתית, מתוך בחירה חופשית שלהם, תוך שהם נמשכים "להתחשבן" עם ההורים לגבי עבודות הבית (למה דווקא אני? אחי לא עשה...)

אין כלל ערובה לכך, שמי שלא עובד ישא בנטל הבית כתחליף. נער או נערה עובדים חשים עצמם עצמאיים, אדונים לגורלם, לוקחים חלק "במשחק של גדולים", בעוד שעבודות הבית לא תמיד מעניקות בתמורה תחושה זהה. הנער או הנערה העובדים צריכים לעמוד במחויבות כלפי מקום העבודה, לעמוד בלוח זמנים, לוותר על פיתוי של ים, סרט – אין ספק שזוהי חוויה חינוכית, שלא תמיד מושגת בתוך המשפחה.

אומנם לא מרוויחים הרבה, אך עיקר המטרה ללמור את היחס בין כסף לעבודה. לעתים, דווקא לאחר שהרווחת לבדך, אתה חוסך יותר, בעוד שכסף שניתן בקלות, מוצא דרכו החוצה בקלות.

לא תמיד אנו יודעים מה משמעות מנוחה של ממש למתבגרים. מנוחה אינה בהכרח בטלה או ריצה מטורפת מבילוי לבילוי: שינוי סביבה, שיגרה, סוג פעילות, הכרות עם נערים ונערות חדשים הם לעתים מנוחה משמעותית יותר מאשר צפיה בטלוויזיה, שריפת שעות על גלשן בים או שוטטות בין חלונות ראווה.

אין כמובן הכרח לעבוד כל החופשה כולה, גם עבודה בחלק מהזמן יכולה להיות "שעור" טוב לצעירים. עבודה יכולה בהחלט להיות חלק מתוכנית החופש, ולא בהכרח כולה. במקום עבודה יכול ילד ללמוד את חוקי עולם המבוגרים טוב יותר מאשר במסגרת בית־ספר, או בבילוי עם החבר'ה (גם זה חשוב, כמובן), להרחיב את מעגל ההכרות מעבר למי שפוגשים בבית־הספר או בשכונה ולחוות חוויות שהבית ובית־הספר אינם מספקים לו.

חששם של הורים, שהדבר יקשה את שיבתם של בני הנעורים לספסל הלימודים, אינו מוצדק. העבודות שעושים בני נוער אינן בדרך־כלל אטרקטיביות עד כדי כך. הם לומדים את הפן התובעני והמחייב של עבודה, ונוכחים בעצמם, שללא למידה הם עלולים "להתקע" בעבודה טכנית ומונוטונית בעתיד.

ומלה להורים, החוששים שינצלו את ילדיהם בעבודה: יבדקו קודם עם עצמם מדוע אינם סומכים על ילדיהם שלא יתנו שינצלו אותם. על מה הם מבססים חשש זה?

בהחלט יש מקום לשוחח עם הילד לאחר יום העבודה, כדי לברוק יחד אתו האם הוא מרגיש נוח: האם אני חש עצמי משועבד? אם אינו מרוצה, אך חושש לבטא את טענותיו בשיחה עם הבוס, יש מקום לאמן אותו באסרטיביות – ליזום שיחה עם הממונה ולומר את דבריו, גם אם אינם נוחים לכן שיחו.

התנגדות הורים לעבודות ילדיהם, מקורה לעתים קרובות בקושי לקבל את הרעיון שאנו נפרדים בהדרגה מילדינו המתבגרים ושהם מסוגלים לצאת להתמודד עם העולם הגדול, לפרנס עצמם, ולהיות עצמאיים. ■

עליזה שולש

יהושע הפרוע

שאלה: אני סובלת מאוד משיער מקורזל בחלק הקדמי של ראשי, שיער זה אינו מסתדר ותמיד נראה פרוע ויבש. האם קיימת בשוק משחה כלשהי המונעת קירזול, ואם כן היכן להשיגה?

גלית בת 17 וחצי

תשובה: כדאי לך במקום להילחם נגדו – ללכת איתו. פירושו של דבר, שתמצאי תסרוקת הולמת, שבה דווקא לשיער המקורזל, שהוא מאוד אופנתי, יהיה יתרון על פני אותן נשים המסלסלות את שערן. תעשי שירות טוב לעצמך, אם תתידדי עם ספר או ספרית טובים, שימצאו עבורך תסרוקת הולמת.

בנוסף לכך, כדאי לך להשתמש בקונדישנר – זהו קרם נוזלי, שמורחים על הראש מיד לאחר החפיפה. אם שערך יבש במיוחד, קיימים בשוק קרמים מיוחדים לשיער, בו תמשחי את שערותיך. הכנסי לפרפומריה ובקשי מהם קרם, או באותה מספרה שבה יתאימו לך תסרוקת – בוודאי תמצאי את הקרם הטוב עבור שערותיך.

שאלה: צפורני ארוכות ולמרות שאני רוחצת לעתים קרובות מאוד במשך היום את ידי, הצפרניים נראות תמיד כאילו יש מתחתן פס של לכלוך שחור, כיצד ניתן להפטר מבעיה מטרידה?

תשובה: רחיצת ידים תכופה, באמת שומרת על הניקיון של היד, אבל אינה חודרת מתחת לצפרנים. אולי כדאי לך לקצר את הצפרנים, או למשוח לאק צבעוני כדי שיכסה את הפס השחור.

תוכלי להחזיק בתוך הארנק משייף צפרניים קטן, ובכל פעם שאת רואה את הפס השחור, לנקות עם קצהו החד של המשייף מתחת לצפורן.

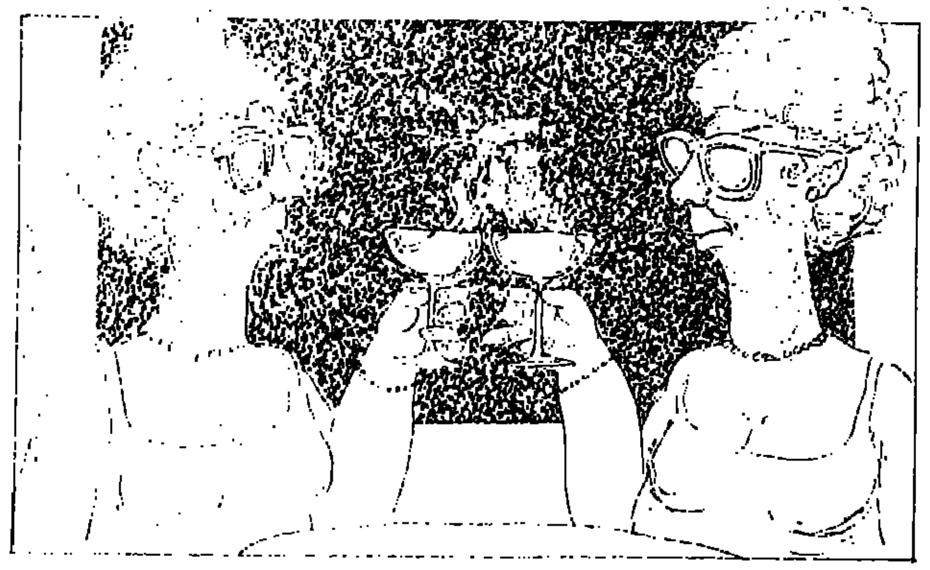
אני בטוחה שתתגברי על הבעיה המטרידה אותך.

הופיע!
הופיע גליון אוגוסט
עתון אחד שהוא שלושה עתונים:
– הירחון לאשה ולמשפחה
– מגזין לגבר
– עתון צבעוני לילדים
שי מיוחד: סבון "זוואי" של "שמן"
הופיע!
272 עמודים של צבע, הנאה ועניין

רפי יעקובי
פסיכולוג

בדידות במעגל סגור

לא, היא איננה בתולה. פה ושם היא עושה סיבוב קצרצר. אבל להכניס גבר לביתה? – זה לא. שישאר רחוק.



היא בת ארבעים ושלוש. פקידה במקום כלשהו. מרוצים ממנה בעבודתה. היא נשארת ברצון שעות נוספות. אפילו להוטה לכך, גם ללא תשלום. היא הרי לא ממהרת לשום מקום. ככל שתארך העבודה היא עוזרת לה היטב להעביר פרק נכבד מן היממה. פרק נכבד אחר ביממה מכיל את השינה. יש לה ספור כלשהו שהיא מספרת לעצמה בעקבות קמצוץ פילוסופיה הודית, שנטלה אי־שם מבלי להבין על מה מרובר, ששינה מרובה שומרת לה על עלומיה.

אינני יודע עם איזו מראה בביתה היא מתרועעת. אך, בינינו, היא לא נראית יום אחד פחות מכפי גילה. לשבת יש לה סיפור קצת אחר. מאחר שהיא עובדת מאוד קשה, היא נחה בשבת ומשלימה את החסר במצבוריה. את מרבית השבת היא מבלה בשינה עמוקה, העוזרת לה לבצע מעין קפיצת דרך במכונת הזמן. היא מדלגת מסיום עבודתה ביום שישי הישר לתחילת העבודה ביום ראשון בבוקר.

פינת־החמד ביממה שהיא גאה בה הינה ארוחת הערב. חובבת בישול ואכילה. מצרפת לארוחה מידי ערב נקנוק יין. אבור תרבות העולם הגדול שרבק בה תוך כדי שיטוט בארצות הים. לא גבר אחד ולא שניים, אלא רבים, ניסו לחדור אל ממלכתה זו. אך היא נושפת, רושפת איבה, מגלגלת אותם מכל המדרגות. וכי אין לה מה לעשות, רק להאכיל לשובעה זכרים טפילים?

לא, היא איננה בתולה. פה ושם בארצות ניכר, בטיול זה או אחר, עשתה "סיבוב" קצרצר. היא זוכרת אותם דווקא לטובה. את פיטר שלה או את ג'ו שלה. הם מצויים הרחק דיים כדי להיות חביבים עליה. אבל שינסו רק לחדור אל ממלכתה ולהתארח בה.

מה עם משפחה? ובכן, היא באמת מתלבטת. מצד אחד נורא טוב לה ונוח לה ככה. אך מן הצד האחר היתה רוצה שתהיה לה פעם משפחה משלה. היא ממש נלחצת מן "ההתלבטות" המרה הזו.

תארחי אותו במיטה

התלבטות, אם נתפנה לרגע של עברית, משמעותה התייצבות נוכח מספר אפשרויות, לשם בחירה באחת מהם והחלטה. יש לנו, למשל, תקציב לרכוש מכונית. יש לנו יכולת ומולה אנו נחשפים למספר מכוניות הבאות בחשבון על פי תקציבנו. אנו בודקים אחת לאחת ומנפים ומצמצמים את המבחר. ולבסוף נצבים בין שתי מכוניות, שההבדלים ביניהם לא ניכרים בעין בלתי מזויינת. פעולת המיון והצמצום עתה כרוכים, על כן, במאמץ כלשהו, המכונה בפינו, התלבטות. ועד מהרה אנו מחליטים. הלבטים הסתיימו, ומרגע זה ואילך יש לנו מכונית שהיא שלנו. אז על איזו התלבטות את מדברת?

לך יש ברגע זה תקציב לרווקות בלבד. יש לך יכולת מובהקת להיות לבד. בנוסף לזה יש לך קמצוץ של יכולת לקשר חלקי, ארעי, עם גברים שאין שום סכנה שנוכחותם תכביד עליך. או שמשהו מתמשך יותר יתפתח עימם. וגם זאת, לעיתים רחוקות מאוד. אחת לכמה שנים. עם גברים המצויים הרחק מעבר לאופק.

אם אינך מוסיפה ליכולת זו מאומה, כלומר, אינך מארחת את שכנך מזה־הרעב, שיהיה סמוך אל שולחנך פעמים אחרות בשבוע; אינך מארחת אותו במיטתך; אינך מגלה מה יכול הוא להציע לך – ובכן, אם אינך מוסיפה וטורחת כל העת להוסיף לבנק היכולת שלך שקל אל שקל להגדלת תקציבך־יכולתך, אזי לא רק שיכולתך איננה גדלה, אלא היא אף נשחקת ומתמעטת. ומשנה ולשנה את יכולה פחות.

עוד מעט קט, אם יתקרב אל סף דלתך יצור ממין זכר, תפצחי בשנאה מתלקחת שלא יעז לחדור פנימה. כמו שעושים אנשים חסרי יכולת, הנחשפים להזדמנות הנקרית בדרכם. נחשפים לגירוי שאינם יודעים כיצד לפוגשו.

אז כל יום העובר בחייך, מבלי שאת עושה דבר־מה כדי להשביח ולהוסיף על יכולתך, איננו יום של התלבטות. זו בפרוש החלטה, בין אם את מבחינה בכך ובין אם לאו. זו היא החלטה גורלית. וודאית. החלטה להישאר לבד.

פעמים רבות אני נתקל בקורבנות התעתוע הזה, כאילו הם מתלבטים ממושכות, והשנים חולפות להם במהירות. ואז יום אחד מישהו קם ומצהיר חגיגית, כי החליט להתחתן. מה אתה שח?! תארו לעצמכם, שמישהו מחליט לרכוש יאכטה מפוארת וכל מה שיש לו באמתחתו הינו תלוש המשכורת של עובד בדואר.

אם ספרת לעצמך את סיפור ההתלבטות אזי מתאים לך לספר לעצמך את סיפור ההחלטה. מסיפור זה לא ייצא שום דבר. אתה יכול לכל היותר, במקרה הטוב, להקיץ מתרדמתך ולהבחין בהחלטה ששלטה עד כה בחייך, ואולי, לכל היותר, הינך יכול להחליט להשקיע בהרחבת יכולתך. אם תצליח לאגור די יכולת בידידות עם אשה, אולי גם תהיה לך אי־שם בת־זוג.

וסת זה לא הכל

כל החלטה שאיננה צמודה ליכולת הינה מגוחכת. אך כה רבים אינם מבחינים ביכולתם. ונעלבים כשמישהו חושד בהם שאינם יכולים. שלא יהיו אי הבנות בעניין זה של יכולת. אין להם יכולת לידידות רק בגלל שלא השקיעו בכך. גיזרה זו בחייהם נותרה מוזנחת. לא מדובר שם בנושהו התלוי ברקיע ושאי אפשר להגיע לשם. משהו מסובך מי יודע מה. אך מסתבר, שכל המתבלבלים בתחום זה, אינם נוהגים כך בשאר התחומים: הם, למשל, לא יעלו על אופנוע אם לא השקיעו קודם לכן בלימודי נהיגה. אך על אשה הם מצפים "לעלות" סתם כך.

ונחזור אל גבירתנו "המתלבטת". היא לא יודעת אם כדאי לה לעשות ילד או לא. לא היה לה ילד עד גיל ארבעים ושלוש והיא סבורה שעוד יהיה לה, אם רק תחפוץ בכך. זה אמנם לא לגמרי בלתי אפשרי. יש נשים שיולדות עדיין גם בגיל הזה. אך אלו על פי רוב נשים שלא שבתו מלדת. הן יולדות עוד ילד. אשה שיולדת לראשונה בגיל כזה מהווה מקרים נאור לא שכיח. זו אמנם יש לה וסת, וידוע שווסת פרושה ביוץ והינה אכן תנאי הכרחי להריון, אך בשום אופן לא תנאי בלעדי ומספיק. כל כך הרבה מרכיביה צריכים לחבור יחדיו על מנת ליצור הריון ולידה מוצלחים – אז זו "כתלבטת".

בכל יום מקיץ מישהו מתרדמת ההתלבטות רבת השנים וקופץ להחלטה. ופתאום רחוף לו. גל אימת שמסך ההדחקה מוסט לצדדים, מופיעים בנוף שבחלוננו גרויים, שעד כה לא הבחנו בהם ולא חשנו אותם. תחילת ההבחנה בגירויים וברצונות נתפסת בתודעתנו לעיתים כהחלטה. אך החלטה ביחס למה שמוזנח שנים רבות איננה ניתנת לשינוי פתאומי וקופצני כזה. אינך יכול להפיק יש מאין, בין־לילה. החלטה כזו אינה יכולה להניב פירות ממשיים, אלא רק סבל ותיסכול.

רק החלטה המוליכה להשקעה בהרחבת היכולת יכולה לשנות את גורלך. כאשר הינך מתאמץ ותוך כדי התנסות מודרגת, אך רצופה, עד כי יש לך עם מה להפגש – רק אז המפגש הינו קל ומספק ולא מעיק ומתסכל. זוהי השקעה להוספת כלים, מתוך התחשבות במצב הצבירה שלך.

אם נרדמת שנים רבות ליד אימך הישישה והבודדה, ומעולם לא שכבת עם אשה במסגרת של מערכת ידידותית – לא תוכל לפתע לקום ולהתחתן. תמצא לאיזמך פתרון של בייבי סיטר ומעת לעת תציע בילוי כלשהו לאשה, תתארח בביתה ותארח גם אותה, וכן הלאה. ואת – אם לא תקפידי מידי שבוע להפגש עם ידיד, לארח אותו אל שולחנך ולהוסיף על כך עוד ועוד מרכיבים – את מתחזקת כרווקה ונחלשת כאשה וידידה. ■

מיכל נפתלי ויאיר דקל

כן, אדוני ראש הממשלה

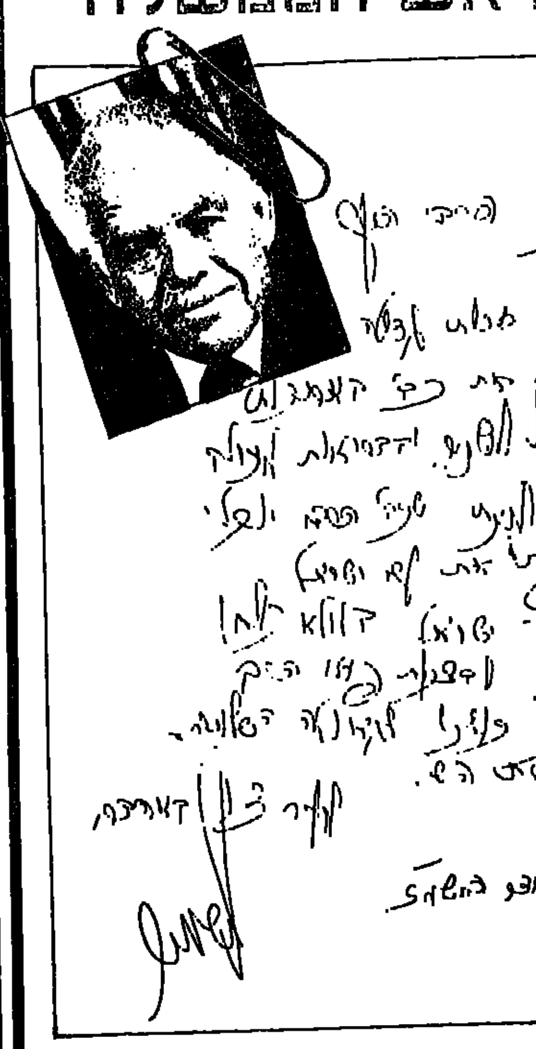
הכותב הוא גבר חם ואוהב, בעל חוש הומור ושובבות... נשמע כמו מודעת שידוכין? תתפלאו, זהו תאור אופיו של ראש הממשלה, יצחק שמיר, כשהוא כ"בעלי הבית", מחוץ לאור הזרקורים.

צירו הפרטי, שאינו מוכר לציבור הרחב, מאופין על ידי נטיות לדרמה ורצון להתבלט דווקא בתחומי האומנות. אפשר לראות זאת כשהוא מעשיר ומסלסל את אותיותיו.

בולטים בכתב גם מעוף ודחף להבעה עצמית בעל־פה ובכתב, במלל ובגוף. ניתן לדמיין אותו, למשל, מדקלם במחזה את תפקידו של יהודה המכבי, מסתער על היוונים על הר הבית, כשחרב ענקית בידו.

לא תאמינו, אך יצחק שמיר הוא רומנטיקן וסנטימנטלי, הנהנה מטיול בליל ירח יד ביד עם אשתו שולמית, (בתנאי, כמובן, שאין זרים צופים בהם).

לתפקיד הפוליטיקאי מצוייד ראש הממשלה בכל התכונות הנדרשות – ערמומיות, חוש לקומבינציות וכושר אילתור. תכונות אלה בולטות בכתב־היד בעיקר בצורות החיבור המתוחכמות בין האותיות. ניכרת אצלו גם יכולת הזדהות עם תפקיד ודבקות במטרה. צרוף תכונות זה הינו נוסחת ההצלחה, אשר איפשרה, כנראה, את התקדמותו הפוליטית עד לתפקיד הרם של ראש הממשלה.



משאבי כוחו הפיסיים והנפשיים מדהימים, יחסית לגילו. כתב היד מלא חיוניות ודחף לפעילות ולהגשמה עצמית. הוא כמעט אינו מתעייף, ואפשר לראות זאת בלחץ החזק, יחד עם דינמיות של התנועה. זהו כתב יד של אדם, המרגיש כאילו הוא נמצא בסוף שנות החמישים לחייו. כלומר, בכתב ידו נראה יצחק שמיר צעיר בעשרים שנה מגילו הכרונולוגי.

קיימים בכתב ידו ניגודים, אשר יכולים להסביר ניגודי אופי, שגורמים לתופעות בהתנהגות המוכרות לנו. הוא בו זמנית בעל תגובות אימפולסיביות (תכונות המתבטאות בכתב היד בעיקר במשיכות יתר של אותיות רבות), ועם זאת הוא ניחן בשליטה עצמית ובמעצורים הבולמים את דחפיו האינטנסיביים.

ליצחק שמיר יש דימיון עשיר ופורה, אשר עלול להסיח אותו מן העיקר, (והביטו באותיות העגולות המלאות והגדולות). אילו היה לו פנאי והיה כותב את נאומיו בעצמו, היינו בוודאי נהנים מכושר ההבעה שלו.

בתפקידו כראש ממשלה אין לו הפנאי לעסוק בכל אותם דברים, שבהם היה רוצה לעסוק. לדוגמא, הוא בוודאי היה רוצה לטייל יותר ברחבי העולם ולהמצא יותר בקרבת משפחתו, שחשובה לו מאוד. במיוחד הנכדים, שאיתם הוא אוהב להשתולל. הוא גם היה משקיע יותר זמן בתענוגות קולינריים ואין ספק שהוא אוהב גבינות צרפתיות המלוות בבקבוק יין ארום. ■

מילכה למזן

שואף להתפתחות אישית

מקום הלידה, החינוך, הגיבוש הבסיסי של השקפת העולם הראשונית – במושב.

גרשון, היום כבר לא מושבניק, רואה במסלול השיגרתי שעבר עד שחרורו מהצבא את התשתית לכל מה שהוא עוסק בו עכשיו, לטוב ולרע. עיסוקו היום – פורמולטור במכון הביולוגי.

הסברים – בשמחה רבה, ובאדיבות, בזמן השידור החי הערב, באולפן "חבר מאותו כוכב".

גרשון, אורח מדורנו היום ואורח תכנית ההכרויות הערב ברשת א' של קול ישראל, הוא איש שיחה מעניין שנעים יותר לשמוע אותו מאשר לקרוא אורותיו. רק כמה נקודות להכרות כללית: רווק, עשרים ושבע, רזה, 1.77 מ', שקט, סובלני, השגי, שאפתן. אוהב חקלאות, אוהב מחקר, אוהב קראטה (מייחד הרבה שעות ללימוד הלוחמה הזאת ולשם כך אף מרבה באימון גופני כללי), ראש טוב, אוהב היסטוריה של ארץ ישראל, הרצאות, כיבוד הזולת. במקביל לעבודתו הקשורה במחקר בבעלי חיים וכן, יש לו מה להגיד על הנושא השנוי במחלוקת הזה), הוא לומד עכשיו כימיה תרופתית באוניברסיטה ורואה בכך עוד שלב בהתפתחות המקצועית שלו.

גרשון, כיום במכון הביולוגי.

התפתחות חשובה לגרשון. לא מסוגל לקפוא על השמרים. בין התכונות שהוא מונה בבת הזוג שהוא מצפה לפגוש: גישה הישגית והצורך בהתקדמות מתמדת. בכלל, באמת מוטב שהוא יסביר את הדברים בעצמו. הוא עושה את זה הרבה יותר טוב מכל אחד אחר.

לידיעתכן, קוראות "סגנון": גרשון אמור להתארח הערב באולפן "חבר מאותו כוכב", מיד לאחר חדשות השעה 22.00 ברשת א' של קול ישראל, ואתן מוזמנות להתקשר אליו טלפונית *(שימו לב: מספר הטלפון שלנו שונה, והוא מעכשיו 03-5420777)* ולשוחח איתו בשידור ישיר. ■

מועדון מטיילי מעריב

למדבר עם נאות הככר

5 אפשרויות לטיולי חגים לנגב, מדבר יהודה וסיני, ב־4 תשלומים שקליים.

ראלי ג'יפים

4 ימי ספארי בנהיגה עצמית בנגב יציאה: 7.10, 11.10 (סוכות)

ספארי בדרום סיני

5 ימים לנואיבה, דהב, שארם־אל־שייך וסנטה קטרינה ברכב מדברי יציאה: 7.10 (סוכות)

ספארי צלילה

4 ימים צלילות וטיולים לאורך חופי ים סוף, כולל הפלגת צלילה לראס־מוחמד

בשיתוף עם מועדון הצלילה אקווה־ספורט

יציאה: 23.9 (ראש השנה), 8.10 (סוכות)

טיול קומנדקרים

4 ימים למדבר יהודה והמכתשים יציאה: 7.10 (סוכות)

טיול גמלים בהר הגבוה

7 ימים למיטיבי לכת לאזור ההררי סביב סנטה קטרינה יציאה: 7.10 (סוכות)

ביצוע: נאות הככר
לפרטים והרשמה:
קרליבך 2, ת"א טל: 03-439207

רות קרייצר רביב
דיאטנית קלינית

קיימברידג' זה לא רק אוניברסיטה

בשנתיים האחרונות זוכה להצלחה בעולם המערבי המיקרודיאטה, שהיא דיאטה מאוזנת ודלת־קלוריות. פרסים על כך הבאנו במדור זה מיום 25.2.87, "מיקרו דיאטה" דלת קלוריות, וכן סיפרנו על המוצרים והאקונים שהוחל בהפצתם גם בשוק הישראלי. בימים אלה הוחל בהפצה של מוצרים חדשים – מוצרי "קיימברידג'" – שפותחו במשך 15 שנים באוניברסיטה זו באנגליה ונוסו עד כה על ידי 5 מיליון איש בארצות מערב אירופה.

המוצרים האלה משווקים באריזות של 21 שקיות (מזון לשבוע) בצורת אבקה, ב־11 טעמים שונים. מנה יומית כוללת לאשה 3 שקיות, לגבר 4 שקיות. מנה יומית של 3 שקיות מכילה 330 קלוריות. למרות מיעוט הקלוריות, יש במוצרים כל אבות המזון ביחס מאוזן, הויטאמינים והמינרלים הדרושים לאדם על פי הקצובה היומית המומלצת. את האבקה מערבלים במים (לטעמים מסויימים כווניל או שוקולד אפשר להוסיף 1/2 כפית קפה) ומקבלים "מילק שייק" טעים ומשביע.

למי נועדה דיאטה זו?

★ בראש ובראשונה, היא מתאימה לאלה המחפשים שיטה קלה לירידה מהירה במשקל. יכולים לעשות דיאטה זו אך ורק אנשים בריאים. לכן, אין המוצרים האלה נמכרים לכל דיכפין בבתי המרקחת או בבתי הטבע, אלא על ידי רשת יועצים של החברה ובפיקוח של דיאטנים קלינים. כל משתמש ממלא טופס ובו פרטים על מצבו הבריאותי.

★ דיאטה זו גם עוזרת להורדת רמת הסוכר בדמם של חולי סוכרת התלויים באינסולין, וכן להורדת רמות של כולסטרול ושומנים בדם אצל בעלי משקל יתר. אך חובה להיוועץ מראש ברופא.

★ השיעור הממוצע של ירידה במשקל בדיאטה זו הוא כ־2.5 ק"ג לשבוע לאנשים שאינם יורדים במשקל בדיאטה אחרת, וכ־5 ק"ג לאנשים שירידתם במשקל מהירה. דיאטת קיימברידג' מתאימה כפתיחה למשטר דיאטטי מאוזן ונכון. היא מקטינה את התיאבון ומעודדת אנשים בהוכיחה להם שניתן לרדת במשקל. מותר לעשות אותה כשבועיים באורח עצמאי, ובשלושה ארבעה שבועות נוספים אך ורק תחת ביקורת רפואית.

★ הדיאטה מתאימה כארוחת בוקר, מהירה ומאוזנת, לממהרים לעבודה. ארוחה כזאת מאפשרת תיפקוד מירבי וריכוז, הדרושים לעבודה עד לצהרים.

★ היא טובה כארוחת צהרים לאלה הרתוקים לעבודה ואינם יכולים לצאת לאכול. היא משביעה, יש בה פחות קלוריות (מספרן כמו ב־2 פירות) ויש בה חלבונים רבים "סותמי" תיאבון.

★ היא מתאימה לאלה העושים דיאטה זמן רב והירידה במשקלם נבלמה. וכן לאלה שבכל דיאטה אחרת "חוטאים", יורדים ועולים במשקל לסירוגין והם מתמלאים רגשי תיסכול ואשם, המגבירים את הזלילה כפיצוי עצמי. קל לעשות דיאטה זו תקופה קצרה, לרדת במשקל בלי המחשבה הכפייתית המתמדת מה לאכול ומה לא.

★ הדיאטה מתאימה לאנשים וזקנים הזקוקים לתוספות תזונתיות כדי להתחזק, וכן לילדים הזקוקים לתוספת קלוריות ולחיזוק אף הם. לאלה אפשר להוסיף פירות בכמות גדולה. ה"מילק שייק" הזה מעורר בהם את הרצון לאכול. לחולים המתקשים באכילה זוהי תזונה נוזלית מחזקת. גם ספורטאים יכולים להעזר בזה לחיזור וכוח.

★ היא מתאימה לאנשים הצריכים לרדת עד 4 ק"ג בפרק זמן קצר ואינם יכולים להגיע לכך בדיאטה אחרת. בדיאטת קיימברידג' מירב הסיכוי שהם יעשו זאת תוך שבועיים.

★ היא טובה לזקוקים לתקופה ממושכת של משטר תזונתי (לשם הורדה במשקל), שמשלבים בה 3 חודשים של שימוש במוצרי קיימברידג', בתנאי של פיקוח צמוד של דיאטן קליני והנחיות מקצועיות, בשילוב עם טיפול התנהגותי אישי או קבוצתי.

★ היא מתאימה לאנשים, שמבקשים לאכול בימי שישי ושבת ארוחות משפחתיות ויכולים לעשות דיאטה זו רק בימי חול. כנ"ל לגבי אנשים דתיים, שמצווים על חלה ויין ועוד.

בעת עשיית הדיאטה חובה לשתות 12־15 כוסות נוזלים ליום (מים, סודה, משקה דיאטטי או לאכול ג'לי דל קלוריות). אפשר לאכול 3 ארוחות ביום, כל אחת שקית מהולה ב־3־1 כוסות מים. עדיף לחלק כל שקית ל־2, כך שמקבלים 6 ארוחות במשך היום.

הקושי בדיאטה זו אינו השינוי בה. ההיפך הוא הנכון. היא קלה לביצוע והשים בה שובע. הקושי הוא דווקא בחזרה למשטר האכילה כתקין בתום התקופה שהוקצאה לדיאטה. בתקופה זו נאלץ האדם להתמודד עם הכמיהה ל"חטוף" מחדש מאכלים שונים. הסכנה היא, שהוא עלול לחזור למשקלו הקודם. לכן, השיטה היא להוסיף מזונות באורח הדרגתי ובנוהל, תוך שימוש חלקי במוצרי קיימברידג'. הדיאטנים הקליניים מטעם החברה המשווקת מקיימים, לכן, מעקב אישי שוטף, לתקופה ממושכת, כדי שהאדם יקנה לו הרגלי אכילה חדשים ונכונים.

ידוע ש־95.5% מהעושים דיאטות שונות ולא מאוזנות חוזרים למשקלם הקודם תוך 1־3 שנים. בדיאטת קיימברידג', הנסיון מצביע על 70%־80% הצלחה והתמדה במשקל הנכון החדש.

דיאטת "אופטי פאסט"

לפני חודשיים הוחל בארה"ב בשיווקם של מוצרי דיאטה דלת קלוריות בשם "אופטי פאסט". גם כאן, שיטת ההפצה והפיקוח הם באמצעותם של מרכזים מיוחדים, בהדרכת רופאים ודיאטנים מוסמכים. המוצר החדש הזה מכיל 420 קלוריות ליום. במנה היומית יש 70 גרם חלבון ביצים, חלב, שומנים הכרחיים, מעט פחמימות ומלוא הקצובה המומלצת של ויטאמינים ומינרלים. גם מוצרי ה"אופטי־פאסט" אינם נמכרים בבתי מרקחת ובבתי טבע, אלא רק דרך אותם מרכזים רפואיים, דבר המבטיח פיקוח רפואי ותזונתי נאות.

בכל מרכז כזה בארה"ב מצוי צוות, המורכב מרופא, דיאטן מוסמך ופסיכולוג התנהגותי. בארה"ב מרשים לעשות דיאטה זו רק לאנשים שמשקלם העודף הוא 30%. היא אסורה על אנשים שלקו בשבץ, בהתקף לב או במחלות כליות וכבד.

תכנית ה"אופטי פאסט" מורכבת משלושה שלבים: בשוק מופיעים מדי פעם מוצרים נוספים לפי אותו עקרון, כגון "נוטילי 330".

א. תקופה של 12־16 שבועות, של שימוש במוצרים אלה בלבד, בתוספת של שתיה מרובה של משקאות ללא קלוריות, ובשלוב עם פעילות גופנית, כדי למנוע ירידה ברמה של חילוף החומרים. המשתמשים עוברים בדיקות דם אחת לשבועיים ומשתתפים בהרצאות שבועיות.

ב. בשלב זה מוסיפים בהדרגה מזונות רגילים – קודם כל, דגים ועוף ואח"כ ירקות, פירות ועוד, עד לסך כולל (ה"אופטי פאסט") של 800 קלוריות ליום. המשתתפים ממשיכים להשתתף בהרצאות ומגבירים את רמת הפעילות הגופנית עד לדרגה אירובית, כדי לשפר את פעולת הלב וכלי הדם. משכו של שלב זה הוא אינדיבידואלי. ככל שמוסיפים מזון רגיל, מוציאים מהתפריט, בשלבים, את מוצרי ה"אופטי פאסט". כך חוזר האדם בהדרגה לתפריט של אוכל רגיל.

ג. בשלב זה המטרה היא לשמור על המשקל החדש, על ידי פעילות קבוצית תומכת והדרכה בתזונה ובבישול וכן חיזוק ההתנהגות הנרכשת החדשה.

למרות התקופה הקצרה שדיאטה זו קיימת הדיווחים הם על 70% מהמשתתפים ששמרו על משקל תקין חדש למשך כשנה. 20% מהיתר נשרו מתכנית דווקא בשלב ב' כשהוחל באכילה רגילה וזוהי, כאמור, "נקודת המשבר". ■

עשיתי דיאטת קיימברידג'

אני מכורה לשוקולד. על כן כשהדיאטנית הציעה לי "רשימת טעמים", בחרתי באבקת השוקו. שש פעמים ביום (חילקתי כל שקית לחצאים), שתיתי שוקו. בנוסף בערב, סלט, והרבה מים, תה וקפה בלי סוכר, משקאות קלים בהמתקה מלאכותית. קיוותי שיחד עם הקילוגרמים תחלוף גם ההתמכרות לשוקולד. ויש לי שתי חדשות עבורכם:

אני עדיין מכורה לשוקולד. וה"קילוגרמים" שהבטיחה לי הדיאטנית כי אוריד בשבוע, היו בסך הכל קילו וחצי. לא רע, אבל גם בכל דיאטת בזק אחרת קורה אצלי אותו הדבר. כי כמוני כמוך, כבר ניסיתי הכל. לא שאני שמנה, אבל ה"אידיאה פיקס" שלי הם אותם 2־3 ק"ג שיושבים במקום שיושבים. זהו. היה לי די בשבוע אחד של קיימברידג'. כעבור שבועות אחדים הורדתי עוד קילוגרם אחד בשבוע אחר, בלי לשלם לדיאטנית ובלי לשלם עבור שקיות הפלא.

אכלתי ביום א': גביע קוטג' דל שומן ושני מלונים קטנים, ביום ב': 5 תפוחי עץ ו־5 גביעי לבן; ביום ג' 5 פרוסות לחם דקות מרוחות מעט חמאה; ביום ד': 5 עגבניות ו־3 ביצים; ביום ה' כל היום ירקות ירוקים בלי הגבלה (טריים ומבושלים); ביום ו': 5 קרייקרים עם 5 פרוסות חזה הודו מעושן. בכל יום שתיתי 12–15 כוסות שתיה לא מתוקה.

עלי להוסיף, שאני אשה בריאה, ולכן לא נזקקתי לאישור רפואי או דיאטני מוסמך לצורך הדיאטה הפרטית שלי. ■

עופרה הילל

שחמט

שאול הון

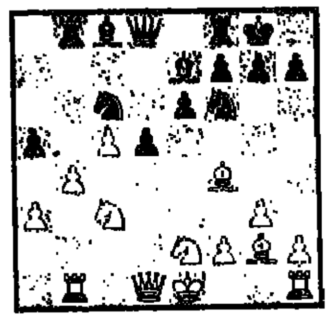
חידוש טקטי

בתחרות היובל בלנינגרד, שנערכה לפני חודש לציון 70 שנה למהפכה, נערך קרב חריף בין סאלוב לבין גורביץ, שבו סטה שחור ממסלול קרב קודם. הוא שינה מסע אחד ונחל נצחון נאה.

סאלוב גורביין

1. ד4 פ-ו6, 2. ג4 ה6, 3. פ-ג3 ר-ב4, 4. ה3 ג5, 5. פ-ה2 (נוסח רובינשטיין) ג:ד, 6. ה:ד ד5, 7. א3 ר-ה7 (אפשר לבודד ללבן רגלי ע"י ר:פ+, 8. פ:ר ד:ג. אך ללבן יישאר זוג הרצים), 8. ג5 0-0, 9. ז3 ב6, 10. ב4 ב:ג, 11. ד:ג (או 11. ב:ג ר-א6 ושויון. לבן רוצה יתרון רגלים באגף המלכה ומניח לשחור את המרכז) א5, 12. צ-ב2 פ-ג6! (חידושו של גורביץ. בקרב נרסיה-אדוריאן אשתקר, שנסתיים בתיקו, היה ההמשך 12. – א:ב, 13. א:ב פ-ג6, 14. ר-ז2 צ-ב8, 15. ר-א3 וללבן יתרון. כאן משהה שחור את החילופין א:ב והשינוי קובע), 13. ר-ז2 (או 13. ב5 ר:ג5, 14. ב:פ פ-ז4 עם מה-ב6 ולשחור התקפה חזקה) צ-ב8, 14. ר-ז4.

דיאגרמה מס' 90



לבן על פרשת דרכים. לא יצלח 14. מה-א4 בגלל א:ב, 15. א:ב ר-ד7, 16. ב5 פ-ה5, 17. ג6 פ-ד3+. לכן שיחק ר-ז4 להרויח טמפו, אך שחור מפתיעו בהקרבת טיב לשבירת שרשרת הרגלים.

14. – א:ב!, 15. ר:צ ב:פ, 16. מה-א4 (או 17. פ:ג3 מה-א5 עם ר-א6 ולשחור לחץ חזק) פ:ב8, 17. צ:ב8 פ-ד7! (שחור הרס באגף המלכה את יתרון הלבן, שאינו מספיק להצריח), 18. צ-א8 (על צ-ב1 בא פ:ג5 עם ר-א6 ולשחור יתרון) פ:ג5, 19. מה-ב5 מה-ד6! (מאיים ר-א6), 20. ר-ו1 (לא פ:ג3 בגלל ר-א6), 21. צ:צ+ ר:צ, 22. מה-ב5! פ-ד3+) ר-א6, 21. צ:צ+ ר:צ, 22. מה-א5 פ-ד3+, 23. מ-ו1 פ-ה5! (הדרך הקצרה לנצחון), 24. מה:ג3 (על 24. מ-ז1 בא פ:ר, 25. מ:פ ד4 וזוכה, כי אסור פ:ד4 בגלל ר-ב7+) ד4, 25. מה-ב3 ר-ג4 לבן נכנע, על 26. מה-ב7 בא פ:ר, 27. מה:פ ר-ד5 וזוכה. נוסח רובינשטיין, שנועד להבטיח ללבן יציבות באגף המלכה, נסתר כאן דווקא באגף המלכה.

★ הצלחה לאנגלים: בתחרות הבינאזורית בסובוטיצה (יוג.) ניצחו האנגלים שורט וספילמן וההונגרי סאקס – כ"א 10.5 מ-15, והם עולים לתחרות המועמדים. אחריהם ריבלי וטל 10, רודריגז 8.5, מריאנוביץ 8, סמיסלוב והשוודי ארנסט 7.5 וכו'. זהו כשלון צורב לשלושת הרוסים, שאפילו אחד מהם לא עלה. צ'רנין פיגר יותר וצבר רק 4.5 נקודות.

★ מרסיי: ב"פסטיבל הים התיכון" ניצח וגניאן, שצבר 7 מ-9, אחריו מורי, אגדסטיין וקודרין 6 כ"א, קאטלי 5, שאריף 4, הולאק 3.5 וכו'. בתחרות המשנה ניצח הצרפתי פ. בודרה, שצבר 8 מ-9, לפני רב אמן ד. שחוביץ 7.5.

★ רמת גן: במועדון איל"ן (רח' רוקח 123) הערב ב-6.30 חלוקת הגביע והפרסים למנצחי התחרות ע"ש י. פינקלשטיין, ואח"כ משחק סימולטני של ש. כגן. ■

בולים

אליעזר בן

50 שנה למלחמת סין-יפאן

ביולי 1937 התקיף צבא יפאן את צבא סין דרך גשר "מרקו פולו" ובכך החלה המלחמה בין שתי המדינות, שנמשכה 8 שנים, עד לתבוסתה של יפאן ב-1945. במלאת 50 שנה לפרוץ המלחמה, מונפקים בפורמוזה 6 בולים, המציגים את ראשית המלחמה, כשבראש הצבא הסיני עמד צ'אנג קיי שק, עד לנצחון וכניעת הקיסר היפאני.

סורי ורוסי בחללית אחת

החודש תנפיק ברית המועצות 4 בולים בערך של 5, 10, 15, 50 קופ', המוקדשים ל"טיסת חללית משותפת של קוסמונאוטים סורי ורוסי", והם מציגים: הכנת הקוסמונאוטים לטיסה, ציור סמלי של מוסקבה ודמשק, הצוות הסובייטי מניח זר פרחים על מצבת זכרון ליורי גאגארין ותחנת השיגור לחלל "מיר". ■

מסדר אבירים בסקוטלנד

לפני 300 שנה ב־1687 – אישר המלך ג'יימס ה־7 את יסודו של מסדר אבירים בסקוטלנד, הנושא את שמו. ב־21 ביולי השנה הנפיקה בריטניה 4 בולים לציון האירוע, ערך הבולים: 18, 22, 31, 34 פני, והם מציגים את סמלי המיסדר, סמלי בית המלוכה, על רקע מבצרים עתיקים. בהתאם למסורת עוברים המיסדרים האלה מדור לדור והם קיימים עד היום.

ברידג'

אדריאן שוורץ

אימון לקראת אליפות אירופה בברייטון

המשחק שלהלן הופיע במסגרת אימוני נבחרת הנשים הישראלית לפני אליפות אירופה בברייטון, אנגליה. החוזה האופטימי אילץ את הכרוז לשחק היטב והסלם בוצע בטכניקה מעולה.

	צפון	
	♠A 8 4 2 ♥K 10 8 7 ♦K J ♣A 10 2	
מערב ♠J 5 3 ♥5 4 2 ♦10 9 8 7 5 ♣J 4		**מזרח** ♠Q 10 7 6 ♥3 ♦Q 6 ♣K 9 8 7 5 3
	דרום ♠K 9 ♥A Q J 9 6 ♦A 4 3 2 ♣Q 6	

כולם פגיעים, מחלק דרום.

דרום	מערב	צפון	מזרח
1 הארט	פאס	2 ללא שליט	פאס
3 דיאמונד	פאס	3 ספייד	פאס
4 ספייד	פאס	5 קלאב	פאס
5 הארט	פאס	6 דיאמונד	פאס
7 הארט	פאס	פאס	פאס

ההכרזה מודרנית: הקפיצה ל-2 ללא שליט של צפון מראה יד מאוזנת חזקה עם התאמה בהארט.

לאחר זאת באה שורה של Cue Bids המראים קונטרולים ולבסוף הכרזה אופטימית מאד של דרום, למרות שברור שלכרוז יש בעיה בקלאבים. הסלם הגדול מוגזם אך עלה בידי הכרוז לנצל בכשרון את המצב לטובתו.

מערב יצא ב-10 דיאמונד ודיאמונד שלישי נטרף ברומם. עכשיו בא תורה של השמינית הארט אל התשיעית ודיאמונד רביעי נטרף בעשירית. הכרוז המשיך במלך שליט, שאותו לקח באלוף ואחריו "הוציאה" המלכה הארט את השליט האחרון. כעת המצב הוא זה:

	צפון	
	♠A 8 4 2 ♥— — ♦— — ♣A 10	
מערב ♠J 5 3 ♥— — ♦9 ♣J 4		**מזרח** ♠Q 10 7 6 ♥— — ♦— — ♣K 9
	דרום ♠K 9 ♥J 6 ♦— — ♣Q 6	

הכרוז שיחק הארט נוסף מידו והשליך עליה את ה-10 קלאב מן הדומם. מזרח אבוד במצב זה: גם הוא השליך קלאב (אם ישליך ספייד ישחק הכרוז מלך ואלוף ספייד, יטרוף ספייד שלישי ויגביה את הדומם) והכרוז שיחק קלאב אל האלוף. כשהמלך של מזרח נפל, החוזה בוצע!

אגב, יציאה בקלאב מכשילה את משחק הלחץ אך ברור שבלתי אפשרי "למצוא" את היציאה הזו. ■

הקייץ הזה שייך ל- FA

מאת:
יואב עופר

המוצרים הקוסמטיים הידועים של – FA, הפכו בימי חום שטופי – זיעה אלה למפלט האחרון של אנשים רבים המחפשים לרענן אג גופם (ואולי גם את נפשם...). הלהיטים המבוקשים ביותר של – FA: הדיאודורנטים הריחניים אליהם הצטרפה לאחרונה סידרת מוצרים חדשה. מדיווחי המשווקים למיניהם ברור כי מוצרי FA שומרים בקנאות על מיקומם הייחודי בתודעת הישראלי הממוצע. בכל מקרה, אין ספק כי הקייץ הנוכחי, שבא עלינו עם טמפרטורה מעיקה ולחות לא־סימפטית שייך בעצם, ל־FA שכן, כולנו יכולים להיווכח כי עם שימוש יעיל במוצרי FA נעבור גם את הקייץ הזה בשלום.

ימי החום המעיק שבאו אלינו ללא כל התראה מוקדמת ביחד עם הלחות המרגיזה מבריחים ונים מאיתנו הישר אל מדפי הדיאודורנטים והסבונים הריחניים בכל בית־מימכר אפשרי המתעסק עם מוצרי קוסמטיקה. במיוחד מנסח הישראלי המיוזע לתקוף במרץ את תופעות הלוואי חלא – נעימות של הזיעה. כאן הוא נעזר נורן כלל במוצרים הידועים של FA, שחם – להשכלת – מי – שעדיין– אינו – יודע – הטובים מסוגם. את מוצרי FA אין צורך לחציג לצבור הצרכנים, שכן הם כבר שנים רבות שומרים על מקומם בראש סולם וועדיפויות. הקוסמטי של הישראלי הממוצע. בחדשים האחרונים נוספו מוצרים חדשים למשפחת FA המכובדת והם מכילים את צמח האלוורה הידוע בתכונותיו המיוחדות. זוהי בהחלט בשורה חשובה לשוחרי מוצרי הטבע. המוצרים הם: סבון נוזלי וקצף אמבטיה FA MILD — PH-NEUTRAL וגם קרם גוף, הסרכך מאד את העור ומענג בריחו הנעים. משה מושקוביץ, מחנהלת חב' אדי קוסמטיקה המשווקת את FA בארץ מבשר על חידוש נוסף של FA – הדיאודורנט בצבע ורוד – שהוא בעל ריח אקזוטי ועדין שטרם היה מסוגו עד כה. כינויו של הדיאודורנט – ביוטי (Beauty) וההתרשמות היא שהוא מצדיק את הכינוי (יופי). הדיאודורנט הורוד משרה הרגשה טובה ונעימה והמשתמש בו חש מבושם לכל אורך היום. אפשר להשיגו בצורת ספריי 200 מיליגרם או רולון 50 גרם. מי שמכיר את מוצרי FA אינו זקוק להמלצה דוחפת שלנו אבל מי שעדיין לא – אני יכול לשלוח אותו בלב שלם אל כל אחת מרשתות השיווק הגדולות, אל כל-בו שלום ובתי כל־בו אחרים, רשת סופר פארם, בתי־מרקחת ופרפורמריות – שם ימצא את מוצרי FA שוכנים אחר כבוד בין המדפים הנחטפים ביותר. אגב, מוצרי FA שמישים להנאת כל בני המשפחה – ילדים ואפילו תינוקות, גברים ונשים. מי שבכל זאת מעוניין בפרטיים ספציפיים יכול להתקשר לטלפון: 9234429.

צרכנות נבונה

מוגש ע"י גרין־קארד, יצחק שדה 34 337129/5, סגנון, 29.7.87

בסלון, במטבח, בחדר האמבטיה ובקירות חיצוניים – אריח "נגב קרמיקה" נראה תמיד חדש ★ על האריח העומד בכפור או בחום קיצוני ושלעולם אינו דוהה, אתה יכול לנהוג עם הטרקטור או המלגזה, שום דבר לא יקרה.

הבית עומד על תילו: יש קירות, יש גג, יש אפילו טיח ושפריץ. הגענו לשלב הקרמיקה.

אריח עם גב חזק

ותמיד נראה חדש. בחרנו באריח החזק והיפה ביותר. בחרנו ב"נגב קרמיקה".
ראשית, קסמה לנו העובדה של"נגב קרמיקה" יש גב חזק – קונצרן "פקר פלדה". המפעל, המצוי בירוחם ומעסיק כמאה מתושבי המקום, הוקם לפני 17 שנה, וכיום מייצר 65,000 מ"ר לחודש. בעזרת ציוד חדיש ביותר הוא גדל ומתפתח, ומתכונן להכפיל את משאביו בראשית השנה הקרובה.
לאריחי "נגב קרמיקה" קשת של 24 גוונים, בגדלים שונים, כאשר את גודל 30x30 מייבא המפעל מיצרן מקביל באיטליה, עם כל המחוייבות והאחריות של "נגב קרמיקה".

...ית בע"מ
מוצרי ...
...ציה
...רמיקה שיש וחרסינה
...א מפאר תוצרת איטליה
...רצפות מתוצרת נימליט
באר־שבע
רח' החלוץ 136
טל. 057-75359

החלטנו... אנחנו בונים בית

החלטנו... אנחנו בונים בית פרטי
קרקע - יש! אדריכל - יש! קבלן שלד - יש!
אישורי תוכניות - כבר באוזניים.
בשנה הבאה אנחנו בבית הפרטי שלנו, חוגגים.
אולם ההתלבטויות מתחילות כאשר צריך להחליט.
איך לבצע את כל החלומות ולא לחרוג מהתקציב.
יתכן שהנכם מכירים את הבעיה ויתכן שעוד תכירו.
על החוויות שאני ובעלי עברנו אפשר לכתוב ספר.
אבל על נושא אחד אני מוכרחה לספר לכם.
אריחים, קרמיקה ואביזרי סניטציה ביתיים.
היכן לא ביקרתי, אצל מי לא הייתי, ממי לא קיבלתי עצות.
לבסוף החלטנו: קונים אצל ריסנר, למה?
כי בריסנר מרגישים כבית. המבחר שמצאנו אצל ריסנר מדהים. כל המוצרים מהסוג הטוב ביותר בשוק. בין שמחפשים מוצרים סטנדרטיים, כמו חרסינות וקרמיקה, ובין שמחפשים את שיא החידושים הטכנולוגיים, אמבטית ג'קוזי (מה יש אסור להתפנק קצת?)
קבלת הפנים אצל ריסנר נותנת לך הרגשה ביתית, שרות אישי אדיב, יעוץ מקצועי כן והגון.
טוב, מה הפלא? חברה שנוסדה ב־1924 בעלת מוניטין של למעלה מ־60 שנה. חברה שהתפתחה במקביל לארץ ישראל היפה... מרגישים מיד בהבדל ובנסיון העשיר.
בטח מעניין אתכם המחיר. אני מוכרחה לציין כי לאחר שעברתי את חצי מדינת ישראל וקבלתי הצעות מהצעות שונות המחירים אצל ריסנר מפתיעים.
סגרנו הזמנה במקום, הצבע חזר לפנים של בעלי.
הסחורה הגיעה עד לבנין במועד שסוכם בינינו. כן, שכחתי לספר לכם שעוד הספקתי "לנדנד" לריסנר פעם נוספת: החלטתי להחליף את סוג הקרמיקה במטבח (הנגר... מה לעשות?). הרמתי טלפון לריסנר ולהפתעתי סודר הנושא מיידית. טוב, כבר אמרתי שעשינו עסק עם חברה רצינית ואמינה.
הבטחנו לחזור לקראת התורף, בריסנו הובטח לנו שיהיה כדאי לבוא ולראות את החידושים האחרונים... תנורי הסקה מרכזית וקמינים.

נ. ריסנר בע"מ
בני־ברק - ז'בוטינסקי 9, טל. 03-782161-4
ירושלים - אולם תצוגה: ירמיהו 19, טל. 381787, 02-380246 • מחסן: 02-522259
חיפה - שלמה בן יוסף, מרכז צ'ק פוסט, טל. 720036, 04-720041
שלוחות באר־שבע - ליד המרכז המסחרי בעיר העתיקה בשותפות עם חברת סנרטים.

תצוגה ומחסן
רח' ז'בוטינסקי 70-72, רמת־גן
טל. 721694, 03-719733

צוקר יצחק
קרמיקה
וכלים סניטריים
מיגוון עשיר של מוצרים
מתוצרת הארץ ויבוא
רח' צה"ל, חדרה (אחרי מכבי אש)
טל. 063-322915

סבן ניסים ובניו בע"מ
יבוא ושווק של:
- קרמיקה וחרסינה בדגמים אקסקלוסיביים ממיטב המפעלים באיטליה: "SPLENDOR", "SAICIS"
- אמבטיות
- כלים סניטריים
- אביזרים וברזים תוצרת חוץ
- מבחר גדול מכל המפעלים מתוצרת הארץ

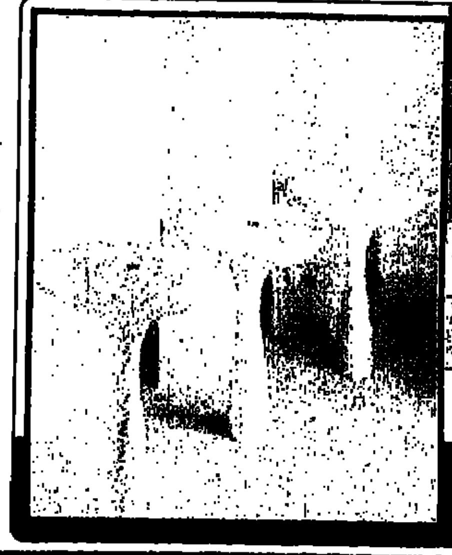
אולם תצוגה מפואר:
אצ"ל 21, ת"א, טל. 03-376130
מחסנים ומחלקת חומרי בנין וצבעים:
אצ"ל 45, ת"א, טל. 377659, 03-379638

...ושת
חנויות
...טהאוז קרמיקה

★ קרמיקה
★ כלים סניטריים
★ אמבטיות
★ ברזים
★ רעפים
★ מוצרי אינסטלציה
★ צנרת
משווק ראשי של נגב קרמיקה
המכירה בסיטונות ובקמעונות
תנאי תשלום נוחים
שרות עד בית הלקוח
מחירים מיוחדים לסוחרים ולקבלנים
מוחמד דוחי
שווק חומרי בנין
אזור תעשיה סכנין טל. 06-786542

30x30
לבנין בע"מ
רח' עליית הנוער 27 גבעתיים
טל: 03-316184

החברה
המובילה
בשווק כל מוצרי הבניה
עבודות איטום, בידוד ושיש
חיפה, הנביאים 2, 04-672101



הכל תחת קורת גג אחת
ב"סנטר" המרכזי של השרון
חשוב לך לקבל שרותים אמינים
סחורה משובחת עם איכות ואחריות? נכון.
אצל "עוגן" הפתרון!
"עוגן" - בימ"ס לכלים סניטריים
הרצליה, רח' אחד עם 21, טל. 540492, 052-540019

Villeroy & Boch.

'וילרוי בוש', החברה הגרמנית המובילה בעולם בתחום הכלים הסניטריים, מציגה חפיסה חדשה בחדר האמבטיה.
'כיור גמיש' המתכוונן לפי הגובה הרצוי בין 48 ל־90 ס"מ, מונע בעזרת מנגנון הידראולי אמין, המאפשר התאמת הכיור בדיוק לגובה הרצוי למבוגרים, ילדים ולשמושים שונים. כל זאת בנוסף לאיכות מעולה, ניסור "יקה" מושלם, מבחר דגמים ושלל גוונים, אמינות של 250 שנה ואחריות ל־5 שנים.
כיור כזה יש רק ל'וילרוי בוש'.
יבואן בלעדי
בית 1 רפפורט
ש. רפפורט ושות. בע"מ
חפץ חיים 9 פתח־תקוה
טל: 03-9341041

תנופה חדשה בבניה הפרטית

ב'בית 1 רפפורט' אתה מקבל פתרון שלם לשיפוצים ובניה פרטית. החל מרכישת כל החומרים השחורים לבניה (סלט, חצץ, בלוקים וכד') דרך חלונות, דלתות, אלומיניום, פרטי נגרות, ועד שלב העיצוב הסופי – מטבחים, שיש למשטחי עבודה במטבח, שיש לרצוף, חרסינה וקרמיקה לקירות, שיש וקרמיקה לרצוף במבחר גדול של דגמים.

כל הכלים הסניטריים תוצרת הארץ וחו"ל, כלים איכותיים ביבוא בלעדי ס'ולרוי בוש' – גרמניה, פוצי', אריסטון ועוד. כיורי מטבח, ג'קוזי, מבחר עשיר של ברזים וכל האביזרים לאמבטיה בצבעים מרהיבים ובעיצובים מודרניים.

ש. רפפורט בע"מ, הינו אחד העוסקים הוותיקים בארץ בנושא אינסטלציה סניטרית. נסיון של 40 שנה כיבואן, משווק ומפיץ של טובי היצרנים בארץ ובעולם מאפשר לך לקבל את המוצרים הנכונים, המתאימים לך ביותר במחירים שרק ב'בית 1 רפפורט' אפשר להשיג. לרפפורט מחלקה מיוחדת המטפלת בלקוחות הבונים את ביתם בעצמם. השרות מתחיל בייעוץ לרכישת החומרים הנכונים, וממשיך בהספקת כל החומרים והאביזרים הישר לאתר הבניה, באמצעות צי המשאיות של רפפורט. יועצת העיצוב ב'בית 1 רפפורט', מסייעת ועוזרת בהתאמת כל האביזרים והפריטים הנחוצים לעיצוב הבית, ואם בהמשך רוצים לשנות ולהוסיף – הכל נמצא בבית אחד. מחלקה נוספת עומדת לרשות הקבלנים וקוני הדירות.